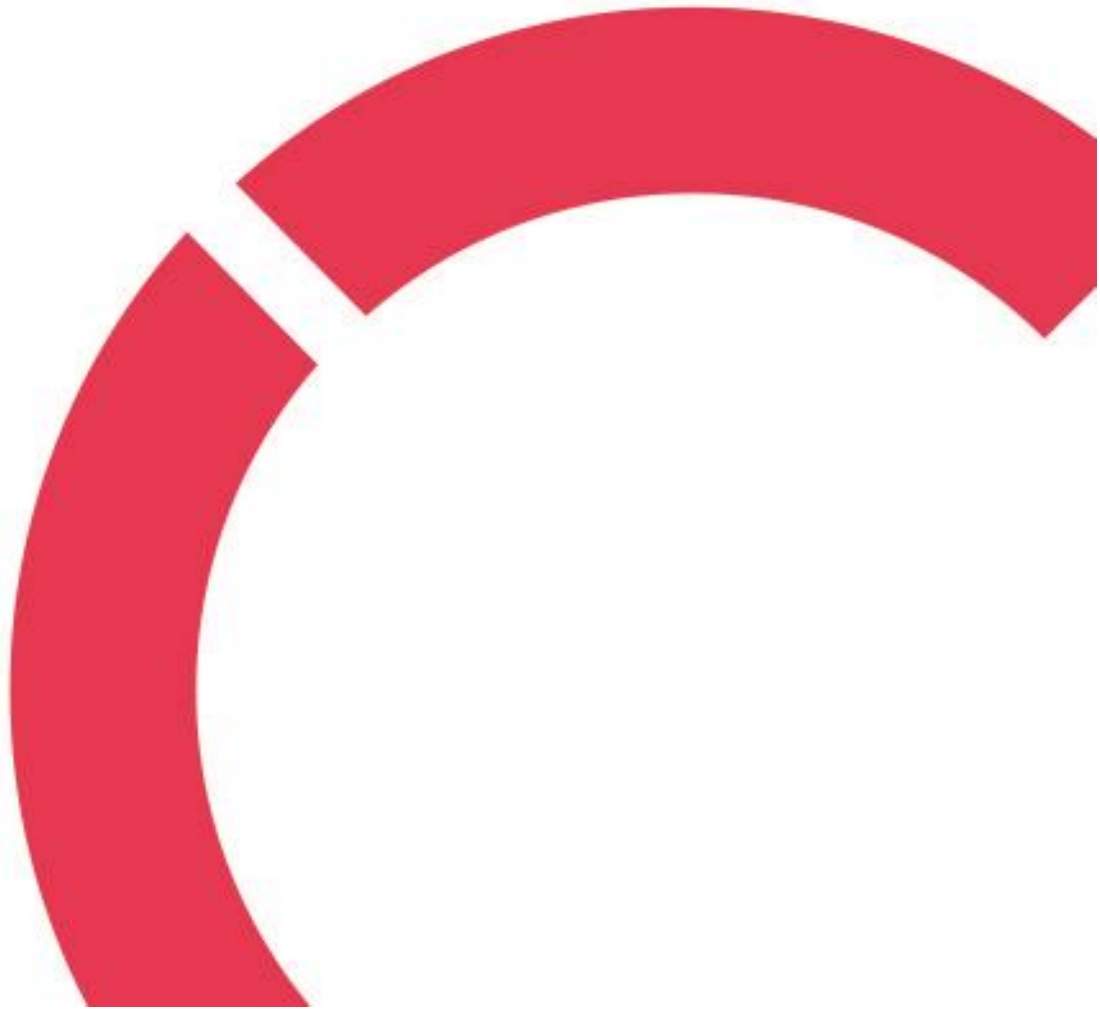


Anna-Riina Ikola & Krista Tyynelä

NUORTEN KOKEMUKSIA OMASTA ALKOHOLIN KÄYTÖSTÄ

Yläkoululaisten nuorten alkoholin käyttö ja ajatukset päihdekasvatuksesta Saaren koulussa

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosionomi (AMK)
Marraskuu 2022**



Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Marraskuu 2022	Tekijä/tekijät Anna-Riina Ikola & Krista Tyynelä
Koulutus Sosionomi (AMK)	<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK	
Työn nimi NUORTEN KOKEMUKSIA OMASTA ALKOHOLIN KÄYTÖSTÄ. Yläkoululaisten nuorten alkoholin käyttö ja ajatukset päihdekasvatuksesta Saaren koulussa.		
Työn ohjaaja Anne Jaakonaho	Sivumäärä 28 + 9	
Työelämäohjaaja		
<p>Opinnäytetyön tilaajana toimi Pyhäjoen kunta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvailla Saaren koulun seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten alkoholin käyttöä ja ajatuksia päihdekasvatuksesta Pyhäjoen Saaren koulussa. Opinnäytetyön aineisto kerättiin alkoholin käyttöön liittyvällä kyselyllä. Opinnäytetyön tavoitteena oli kyselomakkeella saatujen vastausten avulla saada lisätietoa koululle, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille, nuorille sekä heidän vanhemmilleen seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten alkoholin käytöstä ja siitä, mitä nuoret ajattelevat päihdekasvatuksesta koululla. Opinnäytetyömme tutkimusote oli määrällinen ja kyselyn tulokset analysoitiin Webropol-ohjelman avulla.</p> <p>Opinnäytetyön tietoperusta käsitteli alkoholia, alkoholin käytön seurauksia nuorilla, päihdekasvatusta sekä nuorten alkoholin käytön yleisyyttä. Kyselyssä saatuja vastauksia peilattiin käsittelemäämme tietoperustaan.</p> <p>Kysely koostui 20 kysymyksestä. Kysymykset koostuivat monivalintakysymyksistä ja sekamuotoisista kysymyksistä. Kysely toteutettiin hyödyntäen Webropol-ohjelmaa. Linkki kyselyyn jaettiin Wilma-ohjelman kautta. Kyselyyn osallistui 89 nuorta ja kyselyyn vastattiin koululla opettajien ohjeistamana. Koronatilanteen takia emme itse päässeet paikalle teettämään kyselyä.</p> <p>Opinnäytetyön tuloksista ilmeni, että suurin osa nuorista ei käytä lainkaan alkoholia. Nuoret, jotka vastasivat kokeilleensa alkoholia tai käyttäneensä sitä useammin, kertoivat alkoholinkäyttönsä syyksi rentoutumisen ja kavereiden seuran. Tulokset osoittivat, että suurin osa nuorista kokee päihdekasvatuksen tarpeellisenä. Enemmistö nuorista oli myös väittämän kanssa samaa mieltä siitä, että riittävä ja monipuolinen päihdekasvatus vaikuttaa nuorten päihdeasenteisiin. Kyselyn tuloksista ei ilmennyt merkittäviä eroja sukupuolten tai luokka-asteiden välillä.</p>		
Asiasanat Alkoholi, nuoret, päihdekasvatus		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date November 2022	Author Anna-Riina Ikola & Krista Tyy- nelä
Degree programme Bachelor on Social Sciences, Social Services		
Name of thesis YOUNG PEOPLE´S EXPERIENCE OF THEIR OWN ALCOHOL USE. Upper secondary level school students´ alcohol use and thoughts of substance education at Saari school.		
Centria supervisor Anne Jaakonaho	Pages 28 + 9	
Instructor representing commissioning institution or company		
<p>The commissioner of the thesis was the municipality of Pyhäjoki. The thesis survey was carried out as an alcohol use survey for the seventh, eighth and ninth graders of the Saari junior high school. The purpose of thesis was to describe alcohol use of young people and their thoughts about substance education. The research method of our thesis was quantitative, and the results of the survey were analyzed using the Webropol program.</p> <p>The theory part of the thesis discusses topics such as alcohol, the consequences of alcohol use among young people, substance education and the commonness of alcohol use among young people. The answers received in the survey were compared in the data base processed.</p> <p>The survey consisted of 20 questions. The questions consisted of multiple-choice questions and mixed-form questions. The survey was carried out using the Webropol program. The link to the survey was sent to school through the Wilma program. 89 young people participated in the survey, and it was answered at school under the instructions of the teachers. Due to the corona situation, the authors of the thesis were unable to be present to make the survey themselves.</p> <p>The results of the thesis showed that the majority of young people do not drink alcohol at all. Young people who answered that they had tried alcohol or had used it more often said that the reason for their alcohol use was relaxation and the company of friends. The results showed that most young people feel that substance education is necessary. Most of the young people also agreed with the statement that sufficient and versatile substance education affects young people's substance use attitudes. The results of the survey did not show any significant differences between genders or grade levels.</p>		
Key words alcohol, young people, substance education		

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT	2
3 ALKOHOLIN MÄÄRITELMÄ TÄSSÄ OPINNÄYTETYÖSSÄ	3
4 NUORUUS KÄSITTEENÄ TÄSSÄ OPINNÄYTETYÖSSÄ	4
4.1 Nuorten päihteiden käyttö.....	5
4.2 Nuorten päihdekasvatus tässä opinnäytetyössä	6
4.3 Nuorten päihdehäiriöt	7
4.4 Nuorten alkoholin käytön yleisyys.....	8
5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄT, AINEISTO JA EETTISYYS	11
5.1 Kvantitatiivinen tutkimusote ja aineiston keruu tässä opinnäytetyössä.....	11
5.2 Aineiston eettisyys ja luotettavuus.....	12
6 OPINNÄYTETYÖN KESKEISET TULOKSET	14
6.1 Koettu hyvinvointi.....	14
6.2 Kyselyyn vastanneiden nuorten alkoholin käyttö	15
6.3 Ajatukset päihdekasvatuksesta.....	21
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	24
7.1 Kyselyyn vastanneiden nuorten alkoholin käyttö	24
7.2 Nuorten mielipiteet päihdekasvatuksesta	26
8 POHDINTA	27
LÄHTEET	30
LIITTEET	
LIITE 1. Tutkimuslupa	
LIITE 2. Kysely nuorten alkoholin käytöstä ja ajatuksista päihdekasvatuksesta	
KUVIOT	
KUVIO 1. Nuorten koettu hyvinvointi	15
KUVIO 2. Nuorten alkoholin käyttö.....	16
KUVIO 3. Nuorten alkoholiannosten määrä yhdellä kerralla.....	17
KUVIO 4. ”Olen myöhästynyt, lähtenyt koulusta kesken päivän tai jäänyt pois koulusta alkoholin käytön takia”	17
KUVIO 5. ”Olen toiminut päihtyneenä seuraavilla tavoilla”	18
KUVIO 6. ”Kuinka usein olet toiminut päihtyneenä edellä mainitulla tavalla”	18
KUVIO 7. Päihtymisen jälkeen unohtanut mitä teki tai tapahtui	19
KUVIO 8. ”Olen sammunut”	19
KUVIO 9. Nuorten syyt alkoholin käyttöön	20
KUVIO 10. Milloin nuoret käyttävät alkoholia?	20
KUVIO 11. ”Joku ystäväsi tai läheisesti on ollut huolissaan alkoholin käytöstäsi tai ehdottanut, että vähentäisit sitä”	21

KUVIO 12. Nuorten arvio omasta alkoholin käytöstä verrattuna muihin samanikäisiin nuoriin.....	21
KUVIO 13. Nuorten kokemus päihdekasvatuksen tarpeellisuudesta	22
KUVIO 14. ”Riittävä ja monipuolinen päihdekasvatus vaikuttaa nuoren päihdeasenteisiin”	22
KUVIO 15. Keneltä nuoret toivoisivat enemmän päihdekasvatusta?.....	23
KUVIO 16. Miten nuoret toivovat päihdekasvatusta tapahtuvan?	24
KUVIO 17. ”Päihdekasvatus tulisi aloittaa nykyistä aikaisemmin”	24
TAULUKKO 1. Koontitaulukko nuorten alkoholin käytöstä.....	26
TAULUKKO 2. Koontitaulukko nuorten ajatuksista liittyen päihdekasvatukseen	27

1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten alkoholin käyttöä ja ajatuksia päihdekasvatuksesta Pyhäjoen Saaren koulussa. Opinnäytetyön tavoitteena on kyselomakkeella saatujen vastausten avulla saada lisätietoa koululle, sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisille, nuorille sekä heidän vanhemmilleen seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten alkoholin käytöstä ja siitä, mitä nuoret ajattelevat päihdekasvatuksesta koululla. Opinnäytetyömme tilaajana toimii Pyhäjoen kunta (LIITE 1). Webropol-kyselylomakkeen avulla saimme tietoa Saaren koulun nuorten alkoholin käytön laajuudesta, yleisyydestä sekä ajatuksia päihdekasvatuksesta. Saaren koulun oppilaista kyselyyn osallistui 89 oppilasta.

Nuorten alkoholinkäyttö ja päihdekasvatus aiheena ovat aina ajankohtaisia. Se on syy, minkä takia lähdimme toteuttamaan opinnäytetyötämme alkoholiin ja päihdekasvatukseen liittyen. Saaren kouluun ei ollut aikaisemmin tehty opinnäytetyötä liittyen nuorten alkoholin käyttöön, joten koimme myös sen yhdeksi tärkeäksi syyksi toteuttaa opinnäytetyö juuri Pyhäjoella, Saaren koulussa. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää tulevaisuudessa nuorten päihdekasvatuksessa. Saaren koulun nuorten ajatukset liittyen alkoholin käyttöön ja päihdekasvatukseen ovat arvokasta tietoa kasvatusalan sekä sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisille. Se on arvokasta tietoa myös nuorille itselleen sekä heidän vanhemmilleen.

Opinnäytetyön teoriaosuus käsitteli alkoholia, alkoholin käytön seurauksia nuorilla, päihdekasvatusta sekä nuorten alkoholin käytön yleisyyttä. Kyselyssä saatuja vastauksia peilattiin käsittelemäämme tietoperustaan. Opinnäytetyön tuloksista ilmeni, että suurin osa nuorista ei käytä lainkaan alkoholia. Nuoret, jotka vastasivat kokeilleensa alkoholia tai käyttäneensä sitä useammin, vastasivat alkoholinkäyttönsä syyksi rentoutumisen ja kavereiden seuran. Tulokset osoittivat, että suurin osa nuorista kokee päihdekasvatuksen tarpeellisenä. Enemmistö nuorista oli myös väittämän kanssa samaa mieltä siitä, että riittävä ja monipuolinen päihdekasvatus vaikuttaa nuorten päihdeasenteisiin. Myös nuorten päihdeiden käyttöä selvittävän eurooppalaisen koululaistutkimuksen (European School Survey Project on Alcohol and other Drugs, (ESPAD) mukaan yhä useampi suomalaisnuori ei käytä lainkaan alkoholia.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TEHTÄVÄT

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla yläkoululaisten nuorten alkoholin käyttöä ja ajatuksia päihdekasvatuksesta Saaren koulussa. Opinnäytetyön tavoitteena on kyselomakkeella saatujen vastausten avulla saada lisätietoa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille, nuorille sekä heidän vanhemmilleen seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten alkoholin käytöstä ja ajatuksista päihdekasvatuksesta Saaren koulussa.

Tämän opinnäytetyön tutkimustehtävänä on selvittää seuraavat asiat:

1. Kuinka paljon nuoret käyttävät alkoholia?
 - 1.1. Kuinka usein nuoret käyttävät alkoholia?
 - 1.2. Miksi nuoret käyttävät alkoholia?
2. Mitkä ovat nuorten ajatukset päihdekasvatuksesta?
 - 2.1. Mitä nuoret ajattelevat päihdekasvatuksen tarpeellisuudesta koululla?
 - 2.2. Keneltä nuoret toivoisivat päihdekasvatusta enemmän?

3 ALKOHOLIN MÄÄRITELMÄ TÄSSÄ OPINNÄYTETYÖSSÄ

Alkoholijuomissa oleva alkoholi on nimeltään etanoli. Alkoholia kulkeutuu verenkierron välityksellä koko elimistöön. Alkoholi vaikuttaa niin, että se lamauttaa aivojen toimintaa eli aiheuttaa humalatilan. Humalatila aiheuttaa muutoksia toimintakykyyn, mielentilaan sekä käyttäytymiseen. Alkoholi vaikuttaa jokaiseen kuitenkin eri tavoin. Alkoholin vaikutus juomisen alussa koetaan usein mielihyvää tuottavana, rentouttavana, estoja vähentävänä sekä virkistävänä. Kun humala lisääntyy, liikkeiden koordinaatio ja tasapaino heikkenevät. Alkoholi vaikuttaa myös ihmisen muistiin, ja runsas juominen voi pahimmillaan johtaa siihen, ettei muista juomisen aikaisia tapahtumia. Alkoholipitoisuutta veressä kuvataan promilleina. Mitä enemmän alkoholia ihmisellä on veressä, sitä enemmän se vaikuttaa heikentävästi henkiseen ja fyysiseen toimintakykyyn. Jo 0,3 promillen humala vaikeuttaa tehtävien suorittamista, joissa tarvitaan nopeaa reaktiokykyä sekä koordinaatiota. (Holmberg, Inkinen, Kurki, Partanen & Salo-Chydenius 2015, 66.) Alkoholin nauttimisen aloittamisesta alkoholin määrä veressä on huipussaan 30–60 minuutin kuluttua (Alko).

Alkoholijuomat jaotellaan niiden alkoholipitoisuuksien mukaan. Miedot alkoholijuomat sisältävät alkoholia enintään 22 %. Tällaisia juomia ovat esimerkiksi oluet, siideri, lonkerot ja viinit. Alkoholijuomat, joiden alkoholipitoisuus on yli 22 %, luokitellaan väkeviin alkoholijuomiin. Väkeviin juomiin luokituvat rommit, viskit sekä konjakit. (Alko.)

Alkoholin aiheuttamia riskejä ja haittoja on useita. Alkoholinkäytöstä aiheutuviin haittoihin vaikuttavat myös monet eri tekijät. Esimerkiksi käytetyn alkoholin kokonaismäärällä sekä juomatavalla on olennainen vaikutus haittoihin. Alkoholin käytön haitat ja vaikutukset voivat olla akuutteja haittoja, jotka liittyvät alkoholin kertakäyttöön, tai kroonisia haittoja, jotka liittyvät pitempiaikaiseen käyttöön. Alkoholin käytöllä ei aina ole haittoja ainoastaan käyttäjälle itselleen, vaan myös käyttäjän lähipiirille sekä yhteiskunnalle. Erilaiset taloudelliset sekä sosiaaliset ongelmat ovat mahdollisia seurauksia alkoholin käytöstä. (Karlsson, Kotovirta, Tigerstedt & Warpenius 2013, 26–27.)

4 NUORUUS KÄSITTEENÄ TÄSSÄ OPINNÄYTETYÖSSÄ

Erilaiset lait määrittelevät nuoren hieman eri tavoin. Lastensuojelulain (30.12.2019/1489, 6§) mukaan alle 18-vuotiasta pidetään lapsena ja 18–24-vuotiasta pidetään nuorena. Nuorisolaissa (1285/2016, 3§) nuorella tarkoitetaan alle 29-vuotiasta.

Nuoruutta voidaan kuvailla välivaiheena lapsuuden sekä aikuisuuden välillä (Sinkkonen 2010, 209). Fyysiset ja psyykkiset muutokset ovat huomattavia nuoruusiässä (Horppu, Leppämäki & Nurmirinta 2009, 72). Psykkisen kehityksen mukaan nuoruuden voi jaotella esi-, varhais-, varsinais- sekä myöhäisnuoruuteen. Esinuoruus on 10–12 vuoden iässä, varhaisnuoruus 12–14 vuoden iässä, varsinaisnuoruus 14–16 vuoden iässä sekä myöhäisnuoruus 16–20 vuoden iässä. 22–25 vuoden iässä saavutetaan aikuisikä ja siihen kuuluva identiteetti. Itsenäistyminen, suuntautuminen ikätovereiden piiriin sekä irrottautuminen oman kodin vaikutuspiiristä alkavat varsinaisessa nuoruusiässä. Eheän identiteetin saavuttaminen on edellä mainitun ikävaiheen psykologinen kehitystehtävä. Nuoruuteen liittyy kehitysvaiheittaisen ikäjaottelun lisäksi myös useita ikärajoja. Ikärajoilla määritetään nuoren suojelua, oikeuksia ja velvollisuuksia, esimerkiksi 18-vuotiaana saavutetaan täysi-ikäisyys. (Pirkanen 2007, 19.)

Itsenäistyminen, oman paikan löytäminen yhteiskunnassa ja vastuuseen kasvaminen kuuluvat nuoruuteen. Nuori saattaa kokeilla uusia käyttäytymismalleja pyrkiessään rakentamaan omaa identiteettiään ja itsenäistymään. Nuoruudesta varhaisaikuisuuteen siirtyminen saattaa olla kriittistä aikaa päihteiden käytön aloittamisen kannalta. Se on aikaa, jolloin kokeilu saattaa muuttua toistuvaksi päihteidenkäytöksi tai jopa mahdolliseksi ongelmakäytöksi. Päihteidenkäytön aloittaminen nuorilla näyttää liittyvän usein ulkoisiin tekijöihin, esimerkiksi kaveripiiriin. (Holmberg, Inkinen, Kurki, Partanen & Salo-Chydenius 2015, 363.)

Päihteet saavat erilaisia merkityksiä nuorten kulttuurissa. Päihteiden avulla rentoudutaan ja pidetään hauskaa, hankitaan kokemuksia ja pyritään pääsemään tietynlaisiin kaveripiireihin tai yritetään jaksaa arkielämän hankaluuksia. Päihteettömyys tai päihteet voivat toimia vahvistavina tekijöinä nuorten kulttuuriin ja siihen kuulumisen symboleina. Päihteet saattavat olla myös keino pyrkiä irrottautua vanhemmista tai vastustaa auktoriteetteja. (Holmberg, Inkinen, Kurki, Partanen & Salo-Chydenius 2015, 363.)

Nuoren normaali psykofyysinen kehitys saattaa häiriintyä päihteidenkäytön vuoksi. Nuoren keskushermostossa ja elimistössä tapahtuu isoja yksilönkehitykseen kuuluvia muutoksia. Alkoholinkäyttö vai-

kuttaa nuoren keskushermostoon sekä rakenteellisesti että toiminnallisesti. Hermoston altistuessa päih-teille saattaa se vaikuttaa hermoston kehitykseen sekä huonontaa kognitiivisia toimintoja. (Holmberg ym. 2015, 364.) Tässä opinnäytetyössä tarkoitamme nuorella yläkouluikäistä eli 13–15-vuotiasta.

4.1 Nuorten päihteiden käyttö

Usein päihteiden käyttö aloitetaan 10–16-vuotiaana ja tyypillisesti ensimmäistä kertaa alkoholia ko-keillaan 13–15 vuoden iässä (Tammi, Aalto & Koski-Jännes 2009, 49). Alkoholi on suomalaisnuorten yleisimmin käyttämä päihde. Koko 2000-luvun ajan nuorten alkoholin käyttö on kuitenkin vähentynyt. Kehitys on ollut positiivista, silti suomalaisten nuorten humalajuominen ja alkoholinkäyttö on edelleen suhteellisen runsasta. Nuorten terveystapatutkimuksen (2013) mukaan päihdekokeilut yleistyvät var-haisnuoruudessa. Alle 12-vuotiaiden ryhmässä humalajuominen on näyttäytynyt kuitenkin hyvin harvi-naisena koko tutkimusjakson ajan (Nuorten terveystapatutkimus 2019, 55). Iän karttuessa raittiiden nuorten osuus kuitenkin pienenee: 18-vuotiaista tytöistä ja pojista ainoastaan 12 prosenttia kertoi, ettei käytä alkoholia lainkaan. (Holmberg ym. 2015, 362.)

Nuorten päihteiden käyttöön vaikuttavat myös perinnölliset tekijät. Nuoren päihteidenkäytön jatkami-sen ja mahdollisen riippuvuuden syntymisen kannalta altistavilla tekijöillä on erityinen merkitys. Lap-suudessa ilmennyt impulsiivisuus, vakavat käyttäytymisen häiriöt, aggressiivisuus ja muut itsehillin-nän vaikeudet saattavat ennustaa päihteidenkäyttöä ja päihdehäiriöitä nuoruudessa. Vanhempien päihde- ja mielenterveysongelmat, kasvatuksen rajojen epäjohtonmukaisuus, perheen heikko sosio-ekonominen asema, perheen konfliktit, nuoren ja vanhemman keskinäisen suhteen etäisyys sekä viha-mielinen ympäristö ovat myös riskitekijöitä nuoren päihteidenkäytölle. (Holmberg ym. 2015, 363.)

Päihteidenkäytölle altistavia tekijöitä voivat olla myös esimerkiksi kaveripiiri, joka suhtautuu myöntei-sesti päih-teisiin, päihteiden helppo saatavuus tai rikollisuudelle altistava asuin ympäristö. Nuorten päih-teidenkäytön ja riskitekijöiden välisiä vaikuttavia tekijöitä ei tunneta vielä tarkoin. Runsaista riskiteki-jöistä huolimatta useat nuoret selviävät kuitenkin nuoruusajasta ongelmitta. Nuoren positiivinen tem-peramentti, älykkyys, usko omiin kykyihin, ongelmien joustava ratkaisutaito, vanhempien huolenpito ja kasvua tukeva ilmapiiri näyttävät olevan suojaavia tekijöitä. (Holmberg ym. 2015, 363–364.)

4.2 Nuorten päihdekasvatus tässä opinnäytetyössä

Päihdekasvatuksella tarkoitetaan kasvatustyötä, joka liittyy päihteiden käyttöön. Hyvinvoinnin sekä väestön terveyden edistäminen ovat päihdekasvatuksen päämääränä. Päihdekasvatusta voidaan tehdä varhaiskasvatuksen, koulujen, sosiaali- ja terveystalveluiden sekä nuorisotyön lisäksi myös nuoren arjessa. Nuoren näkökulmasta päihdekasvattajia ovat kaikki aikuiset oman esimerkkinsä kautta. Päihteiden käyttö on riskitekijä erityisesti nuoren terveydelle ja hyvinvoinnille, joten on tärkeää suojella lapsia ja nuoria päihteiden käytön aiheuttamilta haitoilta. Päihdekasvatus perustuu juuri siihen ajatukseen, että suojellaan lapsia ja nuoria päihteiden käytön haitoilta. (Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.)

Kouluilla on keskeinen rooli päihdekasvatuksessa ja alkoholin haittojen ehkäisyssä. Tässä tehtävässä koulut voivat tehdä vieläkin enemmän kuin tarjota päihdekasvatusta vain lukujärjestyksessä. Myös koulun kulttuuri ja nuorten kokemukset koulusta voivat toimia suojaavina tekijöinä. Koulunkäynti on iso osa nuoren elämää, jossa kuuluminen yhteisöön, joukkoon kuulumisen tunne ja positiiviset roolimallit voivat toimia myös suojaavina tekijöinä alkoholin haitoilta. (Alcohol and Drug Foundation 2020.)

Päihdekasvatuksen tarkoituksena on tukea yksilöiden kasvua, tavoitella kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä päihdehaitatonta elämää. Päihdekasvatus voi tarjota mahdollisuuden harjoittaa sellaisia taitoja, joita voi tarvita tulevaisuudessa kyetäkseen huolehtimaan omasta ja muiden hyvinvoinnista. Nämä taidot tukevat kykyä pärjätä vaikeimmissa elämäntilanteissa ilman haitallista päihteidenkäyttöä. (Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.)

Tärkeää päihdekasvatuksessa on, että se pohjautuu tutkittuun tietoon siitä, miten voidaan ehkäistä päihteidenkäyttöä sekä siihen liittyviä haittoja. Päihteistä sekä niiden käytön seurauksista saatu neutraali ja luotettava faktatieto ovat yksi päihdekasvatuksen osa. Nuorelle kerrottu tieto siitä, kuinka moni oman ikäisistään käyttää päihteitä, saattaa auttaa heitä purkamaan omia käsityksiään päihteidenkäytön normaaliuudesta. Useimmiten nuoret arvioivat, että päihteidenkäyttö on yleisempää omassa ikäryhmässään kuin se oikeasti onkaan. (Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.)

Nuorten päihdeasenteisiin voidaan vaikuttaa tekemällä ehkäisevää päihdetyötä nuorten kasvun ja kehityksen mukaisesti. Nuoret ovat kertoneet, että keskustelut mm. päihteiden haitoista sekä syistä päihteiden käyttöön, ovat vaikuttavampia kuin esimerkiksi tuomitseminen tai totaalinen kieltäminen. Mitä

mielenkiintoisempi persoona tai itse nuori kertoo päihteistä sekä niiden vaaroista, sitä paremmin nuoret jaksavat heitä kuunnella. Entiset päihteidenkäyttäjät kertomassa nuorille päihteiden haitoista nähdään hyvin vaikuttavana tekijänä. Haastavat tarinat jäävät helposti kuulijoiden mieleen sekä vaikuttavat tunteisiin. Suuri päihdeasenteisiin vaikuttava tekijä voi olla tunteiden kokeminen. Nuorten ehkäisevä päihdetyön täytyy olla pitkäjänteistä, sillä suuria muutoksia ei saada aikaan nopeasti. (Kylmäkoski, Pylkkänen & Viitanen 2010, 112–113.)

Sosiaalipedagogiikalla pystytään tarjoamaan ehkäisevään päihdetyöhön lähestymistapaa, mikä poikkeaa perinteisistä valistamisen keinoista. Nuorten sosiaalisen kasvun ja kehityksen tukeminen, yhteiskuntaan kiinnittäminen sekä nuorten sosiaalisten asenteiden ja valmiuksien vahvistaminen ovat sosiaalipedagogiikan perustehtäviä. Tavoitteena on, että jokainen nuori löytää paikkansa osallistuvana ja aktiivisena yhteiskunnan jäsenenä. Syrjäytymisen uhatessa on kiinnitettävä erityistä huomiota kasvun tukemiseen. (Kylmäkoski ym. 2010, 118.)

4.3 Nuorten päihdehäiriöt

Nuorten päihdekokeilut ovat hyvin tavallisia, ja suomalaisnuorten yleisimmin käyttämä päihde on alkoholi (tupakan rinnalla). Yleisimmin päihdehäiriö alkaa kehittyä 14–15-vuotiaana. Kun päihteet alkavat hallitsemaan elämää, kysymys on päihdehäiriöstä. Päihteiden käytön pakonomainen halu, kontrollin heikentyminen, päihteet elämän keskeinen sisältö, päihteiden suuremmat määrät, vieroitusoireet, kyvyttömyys suoriutua esimerkiksi koulusta, lain rikkominen sekä haitoista huolimatta päihteiden käytön jatkaminen ovat päihdehäiriön oireita. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2019.)

Nuorista noin 5–10 prosentilla esiintyy diagnosoitavia päihdehäiriöitä. Valtaosalla heistä on lisäksi muita mielenterveyshäiriöitä, joista yleisimpiä ovat mieliala- ja ahdistuneisuushäiriöt sekä käytös- ja tarkkaavaisuushäiriöt. Pitkäkestoisuus ja toistuvuus päihteiden käytössä ovat tyypillisiä piirteitä päihdehäiriöille. Päihdehäiriöt saattavat aiheuttaa nuorelle myös merkittäviä psyykkisiä ja sosiaalisia haittoja myöhemmin tulevaisuudessa. Nuoren itsesuojelun käyttäytymiseen liittyy usein myös monihäiriöisyys. (Holmberg ym. 2015, 364.) Nuoruus- sekä aikuisiän päihdehäiriöihin liittyvät ilmiöt saattavat olla erilaisia. Ei ole kuitenkaan olemassa omanlaista kriteeristöä nuorten päihdehäiriöille. Runsaasti päihteitä käyttävillä nuorilla saattaa usein esiintyä ongelmia, kuten kouluvaikeudet, mielenterveysongelmat, rikokset ja tapaturmat, sosiaalisen tuen puute sekä riskinotot. (Tammi ym. 2009, 49.)

Kukaan ei synny päihderiippuvaiseksi, mutta ihmisestä voi tulla vähitellen addiktoitunut sosiaalisen oppimisen kautta. Nuori saattaa esimerkiksi huomata humalan tekevän hänestä varmemman tai rahape-laaminen saattaa tuntua hänestä hyvältä. Pakonomaisiksi riippuvuuksiksi muuttuneet opitut mieltymykset selittyvät ihmisen tunteiden ja ajattelun ansioista. (Holmberg ym. 2015, 112.) Nuorten päihteiden käyttöä arvioitaessa varsinaisten päihdediagnoosien kriteerit harvoin täyttyvät. Riippuvuustasoi- sesti päihteitä käyttävät harvat nuoret, vaikka nuoret säännöllisestikin päihteitä käyttäisivätkin. Nuorilla saattaa täytyä muutama päihderiippuvuuskriteeri, mutta heiltä puuttuvat usein esimerkiksi vieroitusoireet. Kyse on usein päihteiden haitallisesta käytöstä, josta huolestutaan. (Koistinen, Ruuskanen & Surakka 2004, 339.)

Nuoren fyysinen päihderiippuvuus syntyy elimistön tottuessa päihdyttävään aineeseen ja lisääntyneisiin käyttömääriin. Elimistö menee aineen puutostilaan päihdyttävän aineen vähentyessä tai jopa loppuessa. Tällainen puutosilta ilmenee yleensä esimerkiksi vieroitusoireina. Vieroitusoireet ilmaisevat elimistön tarvitsevan lisää päihdyttävää ainetta. Fyysiset vieroitusoireet voivat olla vähäisiä, voimakkaita tai jopa hengenvaarallisia. Fyysistä riippuvuutta voi ilmaantua joko yksinään tai myös muiden riippuvuustasojen kanssa yhtä aikaa. (Koistinen ym. 2004, 339–340.)

Kun nuori pyrkii vaikuttamaan omaan mielentilaan päihteillä nopeasti ja tehokkaasti, voidaan puhua psyykkisestä riippuvuudesta. Psyykkisessä riippuvuudessa riippuvuus syntyy päihteiden aiheuttamasta tunnetilasta. Esimerkiksi jos nuori on ollut pitkään erossa päihteistä, hänelle saattaa tulla yhtäkkiä vastustamaton halu käyttää päihteitä. Pakonomaisuus on psyykkiselle riippuvuudelle ominaista. (Koistinen ym. 2004, 340.)

Yksi merkittävimmistä päihteiden kokeiluun johtavista tekijöistä on sosiaalinen riippuvuus. Nuoren ympäristö saattaa olla altistava tai jopa painostava tekijä päihteiden käyttöön ja kokeiluun. Nuorelle kieltäytyminen päihteistä voi olla vaikeaa kaveripiirin, päihteitä koskevien, odotusten vuoksi. Myös kavereiden kanssa jaettavat yhteiset kokemukset päihteiden käytöstä voivat olla käyttöä tai kokeilua ylläpitäviä tekijöitä. Kaveripiirin hyväksyessä päihteiden käytön saattaa riskinä olla päihdyttävien aineiden käyttökertojen lisääntyminen sekä isojen päihdeannosten ottaminen. (Koistinen 2004, 340.)

4.4 Nuorten alkoholin käytön yleisyys

Eurooppalaisen koululaistutkimuksen (ESPAD) avulla saadaan tietoa alkoholin, tupakan ja huumeiden käytöstä 15–16-vuotiaiden eurooppalaisten koululaisten keskuudessa. Tutkimusten perusteella saadaan

arvokasta tietoa koululaisten päihteiden käytön yleisyyteen ja siihen liittyviin ilmiöihin sekä tutkimuksista saatujen tietojen perusteella pystytään mahdollisesti ennakoimaan päihteiden käytön kehitystä Suomessa ja muualla Euroopassa. Vuodesta 1995 lähtien ESPAD-tutkimus on toteutettu joka neljäs vuosi 23–39:ssä Euroopan maassa. Keväällä 2019 on kerätty uusin aineisto. ESPAD-tutkimuksessa pyritään saamaan vastauksia muun muassa nuorten alkoholin ja tupakan käytöstä, nuorten huumekekeilujen ja rahapelaamisen yleisyydestä sekä nuorten päihdeasenteiden muutoksista. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2021.)

Nuorten päihteiden käyttöä selvittävän eurooppalaisen koululaistutkimuksen (European School Survey Project on Alcohol and other Drugs (ESPAD) mukaan yhä useampi suomalaisnuori ei käytä lainkaan alkoholia. Aineisto osoittaa, että humalajuomisen väheneminen on pysähtynyt. (Raitasalo & Härkönen 2019.) Vuosituhannen taitteesta lähtien alkoholinkäyttö on vähentynyt yhdeksän luokan oppilailla. ESPAD-aineiston mukaan raittiiden nuorien osuus on ollut vuonna 1999 yhdeksän prosenttia, kun taas vastaava osuus vuonna 2019 on ollut 31 prosenttia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020.)

Vuodesta 1999 raittius nuorten keskuudessa on lisääntynyt voimakkaasti. Vuonna 1999 vain kymmenesosa nuorista (15–16-vuotiaista) ei ollut juonut koskaan mitään alkoholijuomaa, kun taas vastaava osuus on ollut 31 prosenttia vuonna 2019. Vuonna 2019 noin 40 prosenttia nuorista oli ollut raittina viimeisten 12 kuukauden ajan. Alkoholia juoneiden nuorten osuus edellisen 30 päivän aikana on vähentynyt voimakkaasti myös vuoteen 2015 saakka. Tämän jälkeen se ei ole kuitenkaan vähentynyt. Vähän alle kolmannes nuorista oli kyselyä edeltävien 30 päivän aikana juonut alkoholia, vuonna 2019. Vuosituhannen vaihteessa viikoittain juovien nuorten osuus laski yli viidenneksestä jopa alle viiteen prosenttiin. (Raitasalo & Härkönen 2019, 3.)

Runsas kertajuominen vuosituhannen vaihteesta lähtien on vähentynyt pojilla. Runsas kertajuomisen vähentyminen näyttää pysähtyneen tytöillä vuoden 2015 jälkeen. Vuonna 1999 viimeisen 30 päivän aikana noin puolet nuorista (15–16-vuotiaista) oli juonut vähintään 6 alkoholiannosta kerralla. Saman ikäisistä näin ollut tehnyt 22 prosenttia vuonna 2019. Viikoittain juovien poikien (vähintään 6 alkoholiannosta kerralla) osuus oli vähentynyt reilusta 20 prosentista jopa 7 prosenttiin. Tyttöjen viikoittainen runsas kertajuominen oli vuonna 1999 15 prosenttia, kun taas sama oli vuonna 2015 5 prosenttia. Vuoden 2015 jälkeen väheneminen on tasoittunut. (Raitasalo & Härkönen 2019, 4.)

Nuorten arvion mukaan alkoholijuomien hankinta vaikeutui merkittävästi vuosien 1995 ja 2007 välillä. Nuoret arvioivat tämän jälkeen saatavuuden pysyneen melko tasaisena. Vuosien 2015 ja 2019 mittauskertojen välillä nuorten alkoholin hankinta näyttäytyy helpottuneen jonkin verran. Nuorista noin kaksi kolmesta koki mietojen alkoholijuomien hankinnan melko tai hyvin helpoksi vuonna 2019. Väkevien juomien ja viinien hankinnan lähes puolet nuorista kokivat helppona. Nuorten yleisin keino saada alkoholia on ylivoimaisesti ollut pyytää kaveria tarjoamaan tai hankkimaan kaikkina tutkimusvuosina. Nuorten alkoholin saaminen vanhemmilta on vähentynyt huomattavasti. Kuusi prosenttia yhdeksäsluokkalaisista kertoi vanhempien ostaneen alkoholia edellisellä käyttökerralla vuonna 2019. Samana vuonna myös 17 % vanhemmista on tarjonnut nuorille alkoholia edellisellä kerralla. Nuorista 15 % on kertonut ottaneensa luvalla tai ilman alkoholijuomia kotoa vuonna 2019. (Raitasalo & Härkönen 2019, 9–10.)

Nuorten suhtautuminen säännölliseen alkoholin käyttöön on ollut vapaamielisempää kuin suhtautuminen tupakointiin koko tutkimusjakson ajan. Humalajuomista kohtaan nuorten asenteet ovat kuitenkin kiristyneet. Tytöistä 3 ja pojista 11 prosenttia arvioi vuonna 2019 ettei säännölliseen humalajuomiseen liity minkäänlaisia terveydellisiä riskejä tai ne ovat hyvin vähäisiä. (Raitasalo & Härkönen 2019, 11.)

Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluterveyskysely 2021 mukaan tutkimusjakson (2008–2021) aikana kaikkien kouluasteiden humalahakuinen juominen väheni vuoteen 2015 asti, minkä jälkeen lasku tasaantui. Vuonna 2021 toisen asteen opiskelijoiden humalahakuinen juominen väheni verrattuna vuoteen 2019. Kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista oppilaista 9 % joi itsensä tosi humalaan kerran kuukaudessa. Vastaavasti itsensä tosi humalaan kerran kuussa vastasi juovansa 15 % lukiolaisista sekä noin 24 % ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista. (Helakorpi & Kivimäki 2021, 6.)

5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄT, AINEISTO JA EETTISYYS

Opinnäytetyömme on kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus. Aineiston hankintamenetelmänä opinnäytetyössä käytettiin kyselylomaketta (LIITE 2), jota analysoitiin hyödyntämällä Webropol-ohjelmaa. Kohderyhmämme opinnäytetyössä olivat Saaren koulun seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaiset nuoret. Opinnäytetyön kysymysten laatimisen toteutimme itse, mutta kyselyn toteuttamisvaiheessa teimme yhteistyötä Saaren koulun opettajien kanssa. Covid-19-pandemian vuoksi emme päässeet itse paikan päälle kyselyä toteuttamaan vaan kyselyyn vastattiin opettajien ohjeistamana. Kyselyn alkuun olimme kirjottaneet saatesanat, pienen esittelyn itsestämme, opinnäytetyöstämme sekä kerroimme kyselyyn vastaamisen tapahtuvan anonymisti eikä nuoria voida millään lailla vastauksista tunnistaa. Saatekirjeen tai saatesanojen tehtävänä oli selvittää tutkimuksen taustaa sekä motivoida vastaajia täyttämään kysely (Heikkilä 2014, 59). Lähetimme linkin oppilaille Wilma-sovelluksen kautta.

5.1 Kvantitatiivinen tutkimusote ja aineiston keruu tässä opinnäytetyössä

Tieteellistä tutkimusta voidaan kuvailla ongelmanratkaisuksi, jolla pyritään selvittämään tutkimuskohteen toimintaperiaatteita sekä lainalaisuuksia (Heikkilä 2014, 12). Päädyimme kvantitatiiviseen eli määrälliseen tutkimukseen, koska halusimme selvittää mahdollisimman monen oppilaan alkoholin käyttöä ja päihdeasenteita. Kvantitatiivisesta tutkimuksesta voidaan käyttää myös nimitystä tilastollinen tutkimus. Sen avulla pystytään selvittämään prosenttiosuuksiin ja kulumääriin liittyviä kysymyksiä. Kvantitatiivinen tutkimus edellyttää riittävän suurta sekä edustavaa otosta (Heikkilä 2014, 15.) Saaren koulun yläkoulun oppilaista kyselyyn saimme 89 oppilaan vastaukset. Heikkilän (2014, 16) mukaan tarvittavat tiedot kvantitatiiviseen tutkimukseen voidaan kerätä itse tai muutoin eri keinoin. Itse kerättävässä aineistossa tutkimusongelman perusteella päätetään kohderyhmälle sopiva tiedonkeruumenetelmä. Viime vuosien yleistyneet internetkyselyt vaativat asiantuntemusta, ja kyselyn tekninen toteutus on suuressa roolissa tutkimuksen onnistumisessa. (Heikkilä 2014, 17). Nykynuorison digitaalisten ja koulujen älylaitteiden käyttömahdollisuus vaikutti päätökseemme tiedonkeruumenetelmästä. Pyrimme asettelemaan kysymykset mahdollisimman helposti ymmärrettäviksi sekä niin, että ne eivät olisi johdattelevia suuntaan tai toiseen.

Keräsimme aineiston sähköisen Webropol-kyselylomakkeen avulla. Päädyimme Webropol-kyselyyn, sillä sen avulla kyselyn tulokset ovat helpommin analysoitavissa ja ymmärrettävissä. Covid-19-pandemian vuoksi emme itse päässeet paikalle kyselyä toteuttamaan, joten Webropol-kyselyn linkki oli helposti jaettavissa nuorille sähköisesti. Kyselylomakkeen kysymykset olivat suljettuja monivalintakysymyksiä eli annoimme vastaajalle valmiit vastausvaihtoehdot (Vilka 2021, 164). Virheiden torjunta sekä käsittelyn yksinkertaistaminen ovat suljettujen kysymysten tarkoituksena. Tutkimuksen kysymykset koostuivat monivalintakysymyksistä, jolloin voidaan valita useita vaihtoehtoja, sekä sekamuotoisista kysymyksistä, jolloin vastausvaihtoehdoista osa on valmiiksi annettuja ja osa avoimia. (Heikkilä 2014, 49–50.)

5.2 Aineiston eettisyys ja luotettavuus

Aineiston eettisyyteen tulee kiinnittää huomiota koko aineiston elinkaaren ajan, millä tarkoitetaan aineiston kokoamista, käsittelyä, säilytystä sekä hävittämistä. Osallistuminen tutkimukseen tulee olla aina suostumuksellista. Itsemääräämisoikeuden ja ihmisarvon kunnioittaminen kuuluvat ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen periaatteisiin. Tärkeimmät tutkimuseettiset normit ovat tietoon perustuva suostumus sekä yksityisyyden suojaaminen. Riittävä tieto opinnäytetyöstä on edellytys tietoon perustuvasta suostumuksesta. Näin ollen kyselyyn vastaajalla on oikeus päättää, osallistuuko hän tutkimukseen vai ei. (Vilka 2021, 80–81.) Jo tutkimussuunnitelmaa tehdessä pyrimme toimimaan mahdollisimman eettisesti. Kyselylomakkeen alun saatesanoilla viestimme nuorille oli, että he vastaavat kyselyyn täysin anonymisti eikä heitä voida vastauksista tunnistaa. Säilytimme koko aineiston elinkaaren ajan tulokset salassa sekä anonymoina.

Lähdekritiikkiä tarvitaan lähteiden valitsemiseen. Lähdekritiikki kaikissa opinnäytetyössä käytetyissä aineistoissa on tärkeää. Tutkimuksissa lähteiden ja aineistojen sisäinen laatu vaikuttaa välittömästi opinnäytetyön luotettavuuteen, laatuun ja tulosten hyödynnettävyyteen. (Vilka 2021, 80–84.) Pyrimme käyttämään lähdekriittisyyttä opinnäytetyössä, jotta opinnäytetyömme olisi mahdollisimman luotettava ja laadukas. Mitä pidemmälle opinnäytetyössä pääsimme, sitä paremmin ymmärsimme lähdekriittisyyden merkityksen. Käytimme lähteissämme myös vanhempia julkaisuja, sillä osa vanhemmastakin tiedosta voidaan katsoa edelleen luotettavaksi.

Vilkan (2021, 85) mukaan eettinen herkkyys näkyy pohdintana hyvänä tieteellisenä käytäntönä sekä sen noudattamisena opinnäytetyössä. Eettinen herkkyys on lähtökohta sille, että toisten työn tuloksia ja

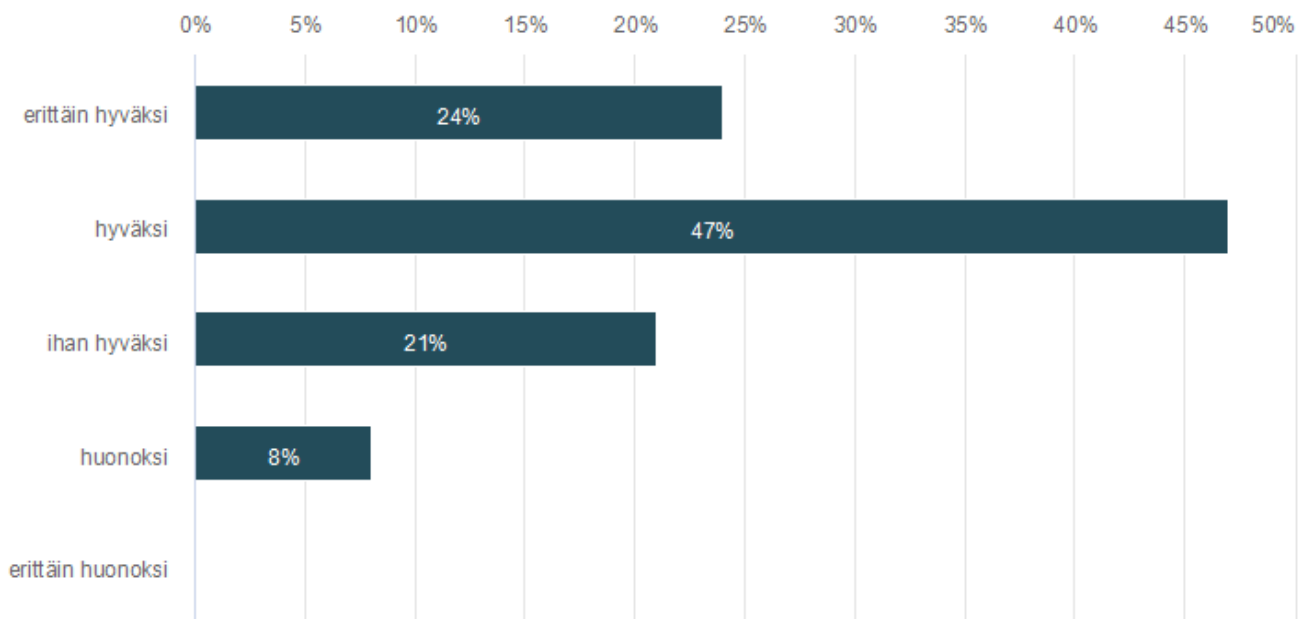
aineistoa käytetään kunnioittavasti ja asianmukaisesti. Tämä johtaa herkästi myös työskentelyn yleiseen rehellisyyteen, tarkkuuteen sekä huolellisuuteen. Opinnäytetyötä tehdessämme perehdyimme useisiin jo tehtyihin tutkimuksiin sekä opinnäytetöihin. Tarkastelimme aiheesta tehtyjä tutkimuksia ja opinnäytetöitä, joiden pohjalta saimme valtavasti arvokasta tietoa omaan prosessiimme. Emme kuitenkaan plagioineet kenenkään työstä yhtään mitään, vaan toimimme aineistoihin perehtyessä asianmukaisesti ja kunnioittavasti.

6 OPINNÄYTETYÖN KESKEISET TULOKSET

Saaren koulun seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisia oppilaita on yhteensä 103. Kyselyyn vastasi 89 oppilasta. Vastajista enemmistö oli poikia 59 % (n=52), tyttöjä 39 % (n=35) sekä muun sukupuolisia 2 % (n=2). Luokka-asteittain enemmistö vastajista oli seitsemäsluokkalaisia 42 % (n=37), kahdeksäsluokkalaisia 31 % (n=28) sekä yhdeksäsluokkalaisia 27 % (n=24).

6.1 Koettu hyvinvointi

Opiskelijoilta kysyttiin, millaiseksi he kokevat hyvinvointinsa juuri nyt. Vastausvaihtoehtoina olivat viisi erilaista vastausvaihtoehtoa, jotka olivat: erittäin hyväksi, hyväksi, ihan hyväksi, huonoksi ja erittäin huonoksi (KUVIO 1). Suurin osa vastajista (47 %) arvioi hyvinvointinsa hyväksi, 24 % erittäin hyväksi ja 21 % ihan hyväksi. Vastajista 8 % arvioi hyvinvointinsa huonoksi ja 0 % erittäin huonoksi.

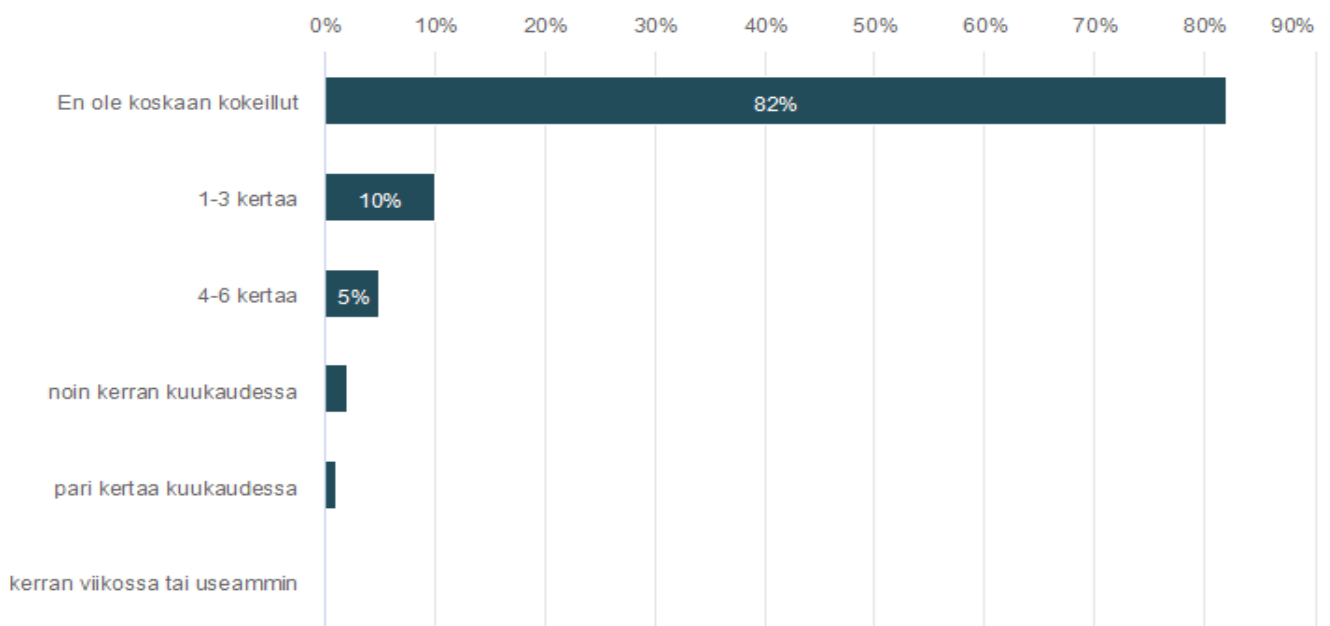


KUVIO 1. Nuorten koettu hyvinvointi

Enemmistö kyselyyn vastanneista tytöistä ja pojista vastasi kokevansa hyvinvoinnin hyväksi. Luokka-asteiden välillä ei ole merkittäviä eroja koettuun hyvinvointiin vaan, enemmistö seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisista koki hyvinvointinsa hyväksi.

6.2 Kyselyyn vastanneiden nuorten alkoholin käyttö

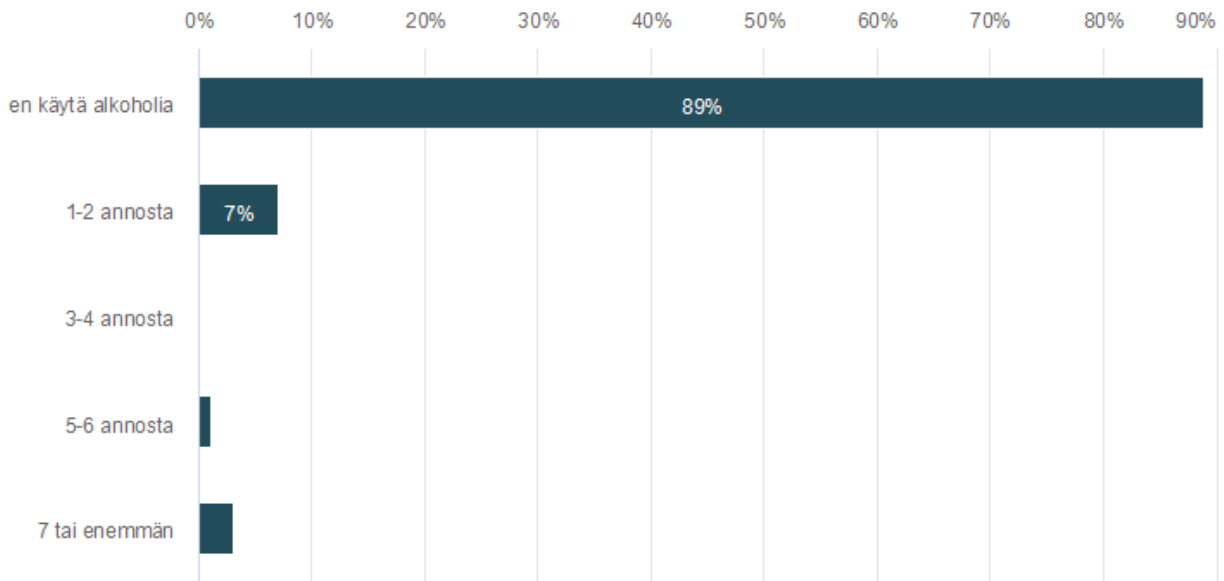
Nuorilta kysyttiin, kuinka usein he ovat kokeilleet tai käyttäneet alkoholia viimeisen vuoden aikana. Vastausvaihtoehtoja oli kuusi: en ole koskaan kokeillut, 1–3 kertaa, 4–6 kertaa, noin kerran kuukaudessa, pari kertaa kuukaudessa sekä kerran viikossa tai useammin (KUVIO 2). Suurin osa nuorista (82 %) vastasi, ettei ole koskaan kokeillut, 10 % 1–3 kertaa ja 5 % 4–6 kertaa. Noin kerran kuukaudessa vastasi 2 % ja pari kertaa kuukaudessa vastasi 1 %. Nuorten vastaus kerran viikossa tai useammin oli 0 %.



KUVIO 2. Nuorten alkoholin käyttö

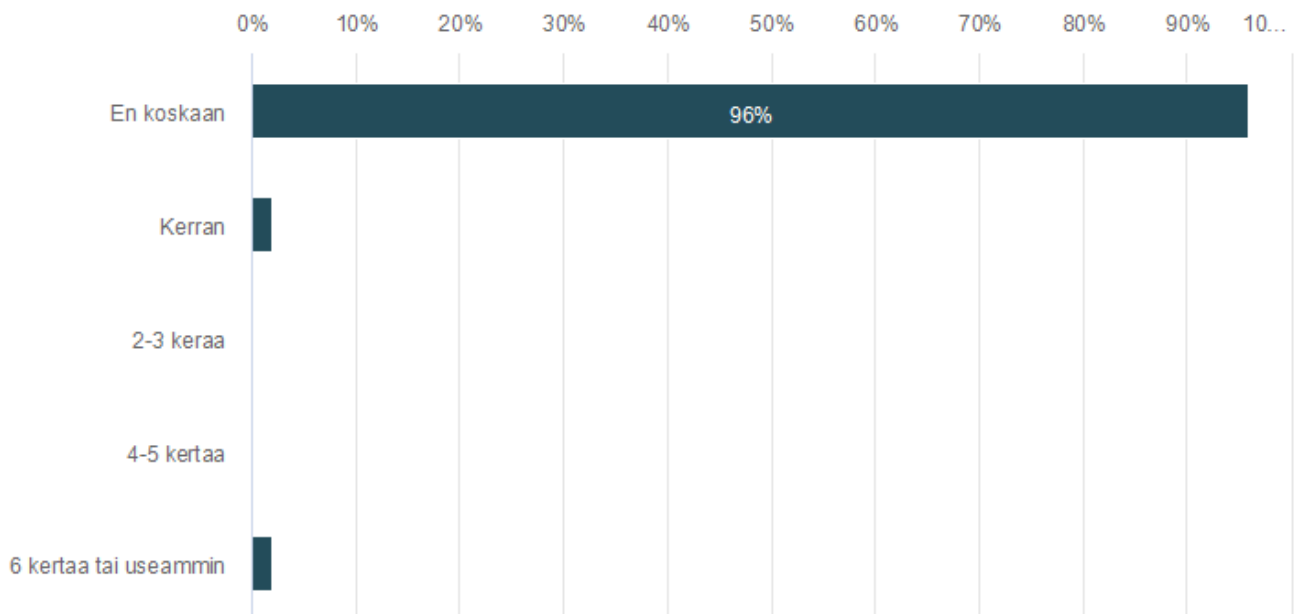
Sukupuolten välillä ei ole huomattavia eroja koskien alkoholin käyttöä. Kyselyyn vastanneista seitsemäsluokkalaisista yksikään ei ole koskaan kokeillut alkoholia. Kahdeksasluokkalaisista 78 % ja noin puolet yhdeksäsluokkalaisista vastasi, ettei ole koskaan kokeillut alkoholia.

Opiskelijoilta kysyttiin, kuinka monta alkoholiannosta he yleensä juovat niinä päivinä, jolloin he käyttävät alkoholia. Vastausvaihtoehdot olivat seuraavat: en käytä alkoholia, 1–2 annosta, 3–4 annosta, 5–6 annosta sekä 7 tai enemmän (KUVIO 3). Iso osa vastaajista (89 %) vastasi, ettei käytä ollenkaan alkoholia ja 7 % 1–2 annosta. Vastaajista 0 % vastasi 3–4 annosta, 1 % 5–6 annosta sekä 3 % 7 tai enemmän.



KUVIO 3. Nuorten alkoholiannosten määrä yhdellä kerralla

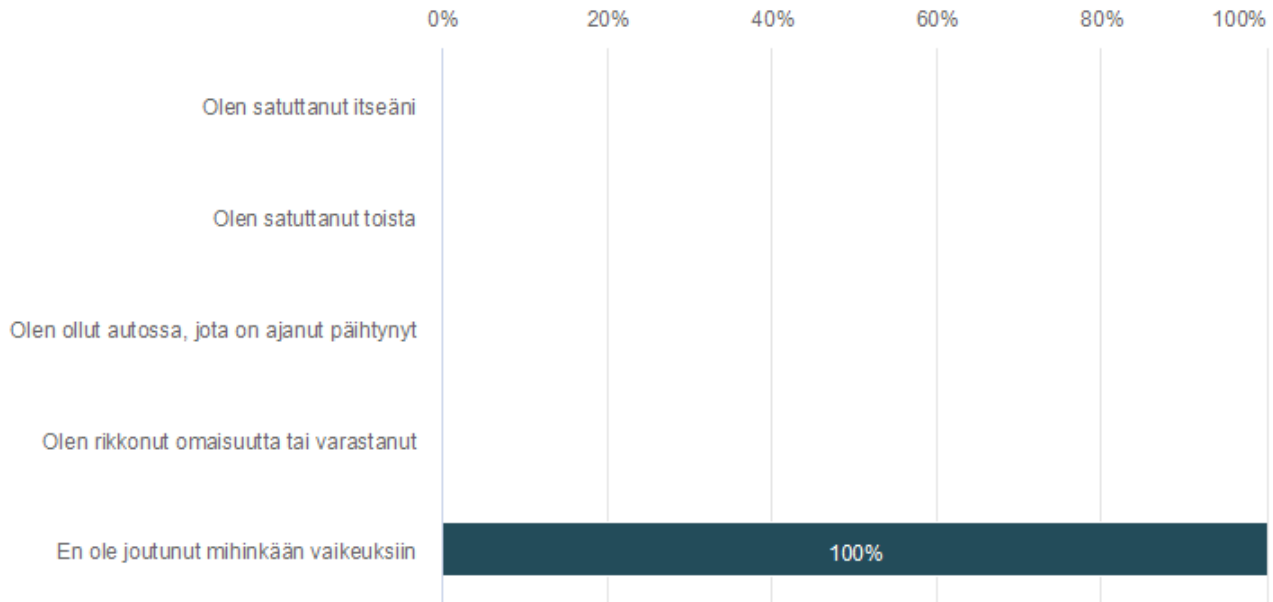
Vastausvaihtoehtoja väitteeseen ”Olen myöhästynyt, lähtenyt koulusta kesken päivän tai jäänyt pois koulusta alkoholin käytön takia” oli viisi: en koskaan, kerran, 2–3 kertaa, 4–5 kertaa sekä 6 kertaa tai useammin. (KUVIO 4). Suurin osa vastaajista (96 %) vastasi en koskaan, 2 % kerran, 0 % 2–3 kertaa sekä 4–5 kertaa ja 2 % 6 kertaa tai useammin.



KUVIO 4. ”Olen myöhästynyt, lähtenyt koulusta kesken päivän tai jäänyt pois koulusta alkoholin käytön takia”

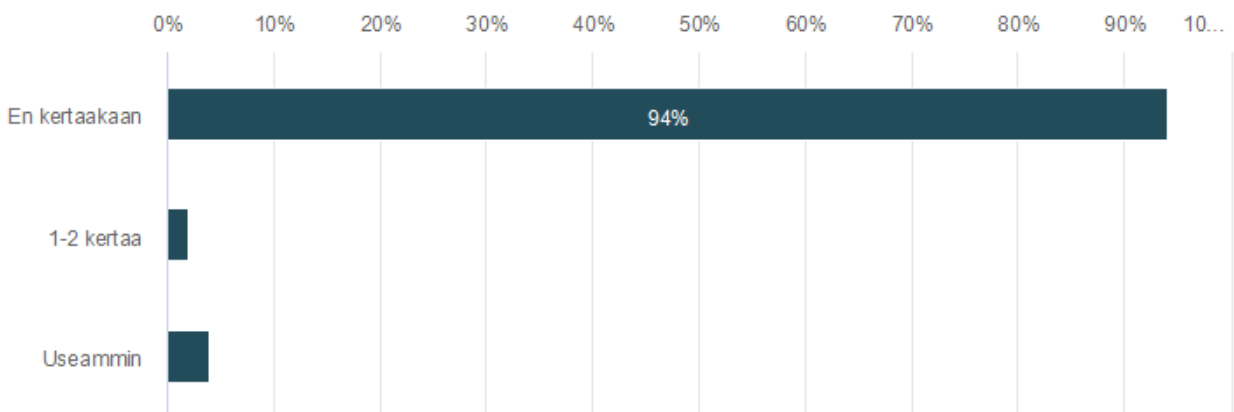
Vastausvaihtoehtoja väitteeseen ”Olen toiminut päihtyneenä seuraavilla tavoilla (voit valita useamman vaihtoehdon)” oli viisi: olen satuttanut itseäni, olen satuttanut toista, olen ollut autossa, jota on ajanut päihtynyt, olen rikkonut omaisuutta tai varastanut sekä en ole joutunut mihinkään vaikeuksiin.

(KUVIO 5.) Vastaajista 100 % vastasi, ettei ole joutunut mihinkään vaikeuksiin.



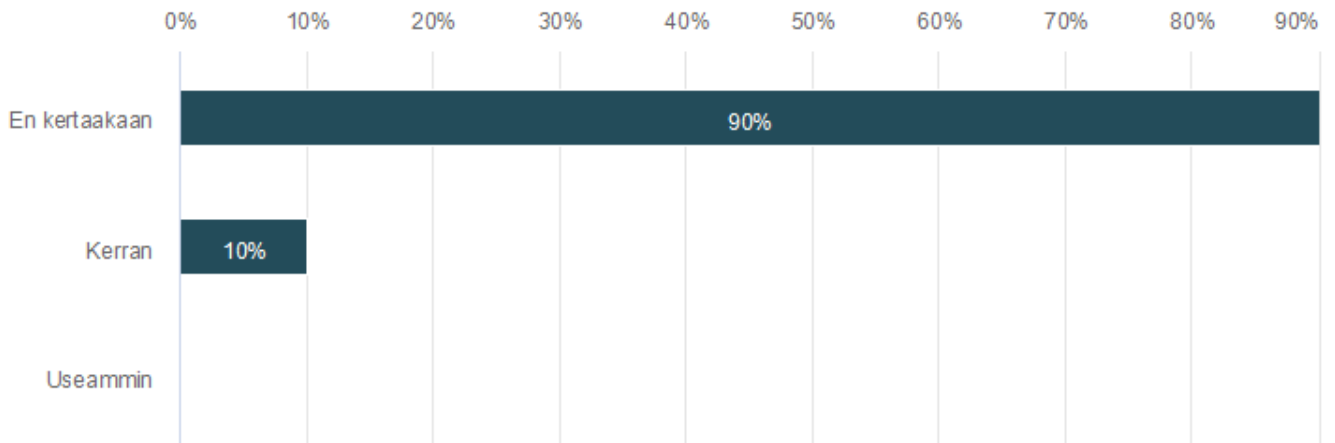
KUVIO 5. ”Olen toiminut päihtyneenä seuraavilla tavoilla”

Opiskelijoilta kysyttiin, että kuinka usein he ovat toimineet edellä mainitulla tavalla. Vastausvaihtoehtoja oli kolme: en kertaakaan, 1–2 kertaa sekä useammin. (KUVIO 6.) Suurin osa vastaajista (94 %) vastasi en kertaakaan, 2 % 1–2 kertaa ja 4 % useammin.



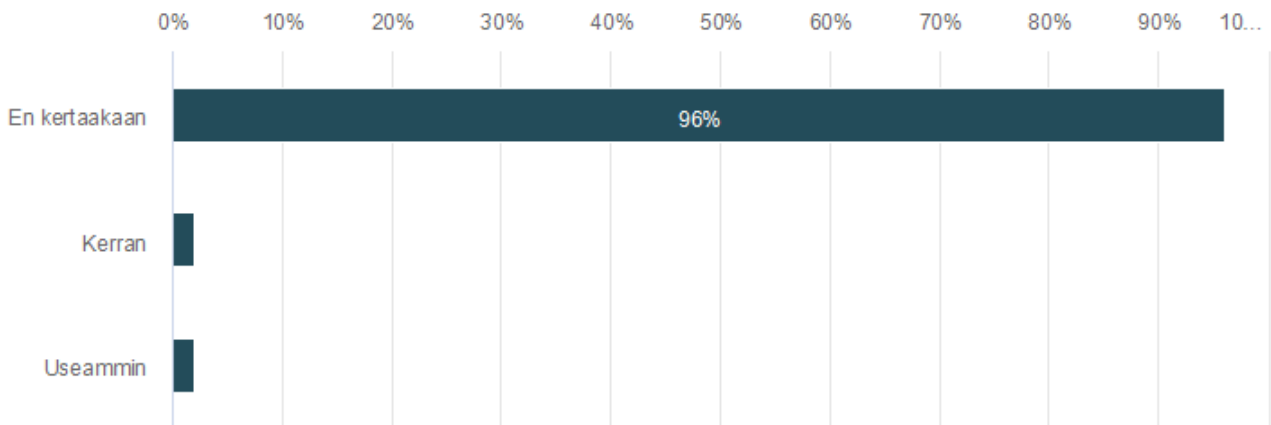
KUVIO 6. Toiminut edellä mainitulla tavalla

Nuorilta kysyttiin, kuinka usein he ovat päihtymisen jälkeen unohtaneet, mitä tekivät tai mitä tapahtui. Vastausvaihtoehdot olivat: en kertaakaan, kerran tai useammin. (KUVIO 7.) Suurin osa opiskelijoista (90 %) vastasi ”en kertaakaan” ja 10 % ”kerran”.



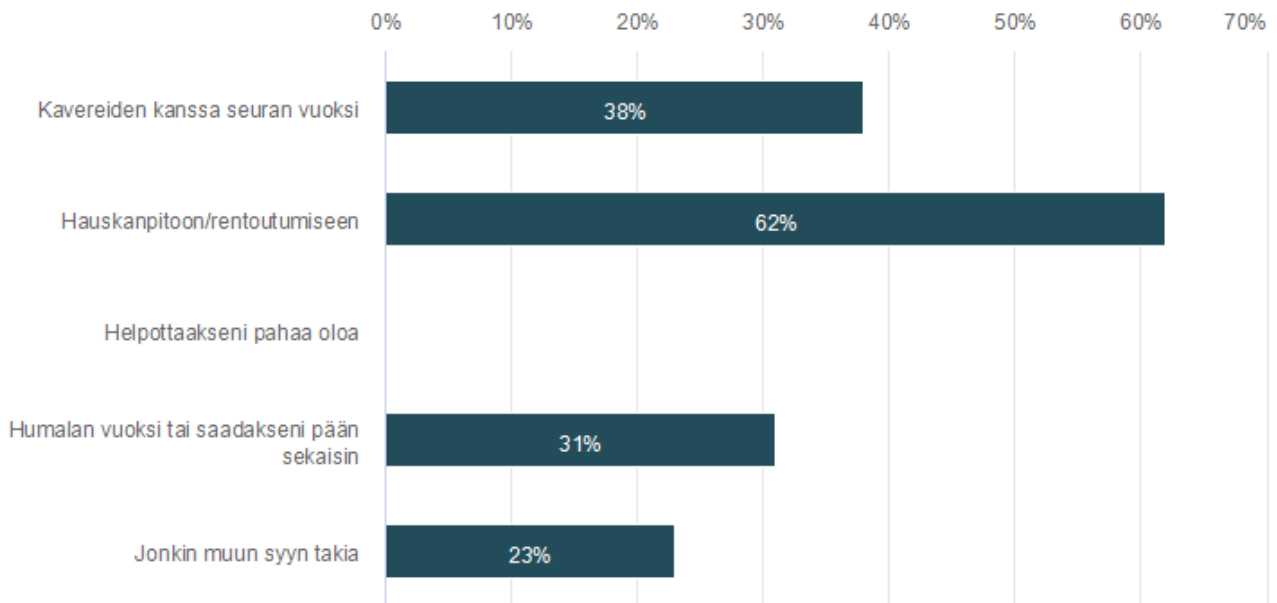
KUVIO 7. Päihtymisen jälkeen unohtanut mitä teki tai tapahtui

Vastausvaihtoehdot väitteeseen ”Olen sammunut” olivat: en kertaakaan, kerran tai useammin. (KUVIO 8.) Suurin osa nuorista (96 %) vastasi en kertaakaan, 2 % kerran ja 2 % useammin.



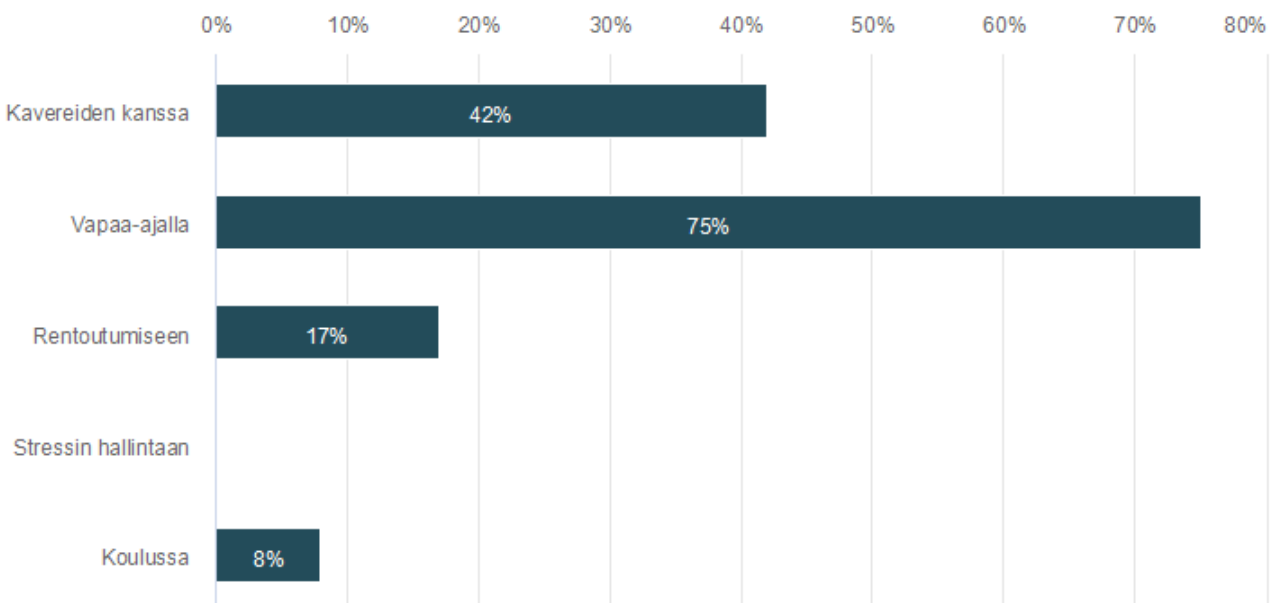
KUVIO 8. ”Olen sammunut”

Opiskelijoilta kysyttiin syitä alkoholin käyttöön (valita voi useamman vaihtoehdon): kavereiden kanssa seuran vuoksi, hauskanpitoon/rentoutumiseen, helpottaakseen pahaa oloa, humalan vuoksi tai saadaakseen pään sekaisin sekä jonkun muun syyn takia. (KUVIO 9.) Opiskelijoista 62 % vastasi hauskanpitoon/rentoutumiseen, 38 % kavereiden kanssa seuran vuoksi, 31 % humalan vuoksi tai saadaakseen pään sekaisin, 0 % helpottaakseen pahaa oloa sekä 23 % jonkun muun syyn takia.



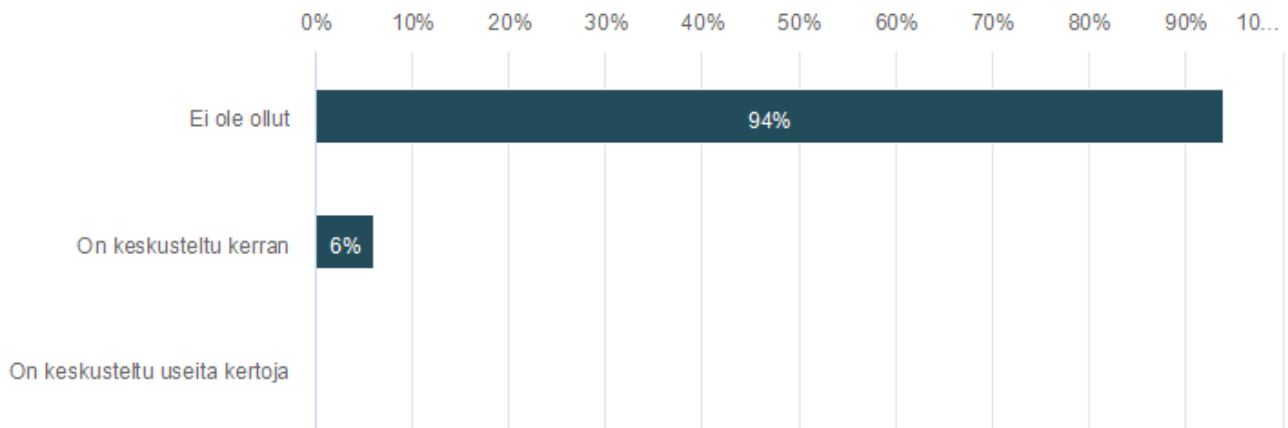
KUVIO 9. Nuorten syyt alkoholin käyttöön

Nuorilta kysyttiin, milloin he käyttävät alkoholia. Vastausvaihtoehtoja oli viisi: kavereiden kanssa, vapaa-ajalla, rentoutumiseen, stressin hallintaan sekä koulussa. (KUVIO 10.) Nuorista 75 % vastasi käyttävänsä alkoholia vapaa-ajalla, 42 % kavereiden kanssa, 17 % rentoutumiseen, 8 % koulussa ja 0 % stressin hallintaan.



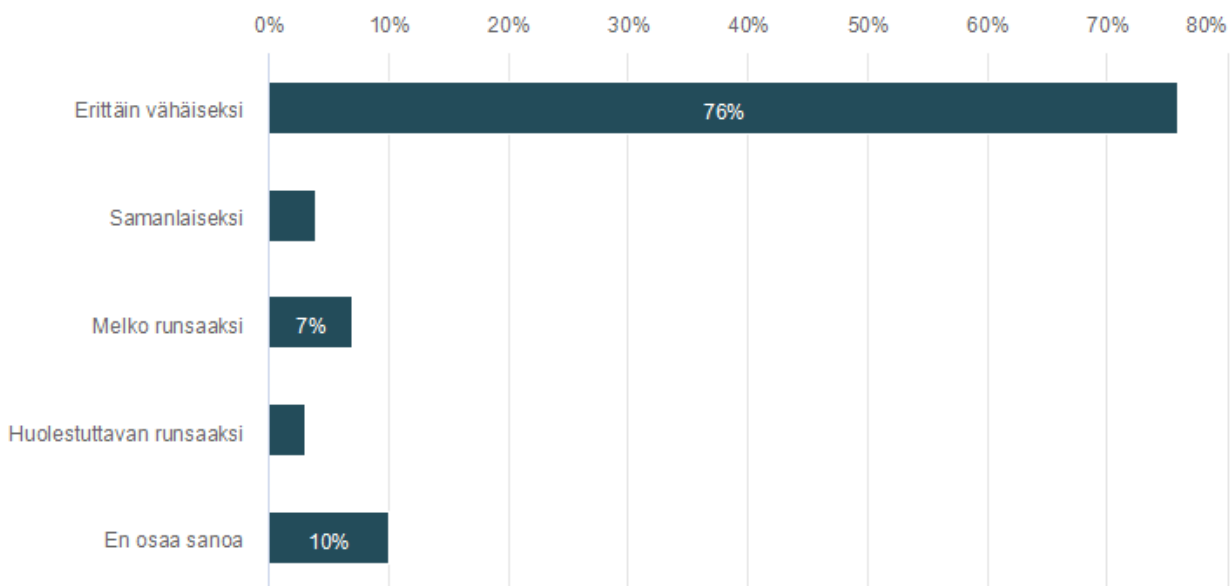
KUVIO 10. Milloin nuoret käyttävät alkoholia

Opiskelijoille esitettiin väite ”Joku ystäväsi tai läheisesi on ollut huolissaan alkoholin käytöstäsi tai ehdottanut, että vähentäisit sitä”. Vastausvaihtoehdot väitteeseen olivat seuraavanlaiset; ei ole ollut, on keskusteltu kerran tai on keskusteltu useita kertoja. (KUVIO 11.) Opiskelijoista 94 % vastasi, ettei ole ollut, 6 % on keskusteltu kerran sekä 0 % on keskusteltu useita kertoja.



KUVIO 11. ”Joku ystäväsi tai läheisesi on ollut huolissaan alkoholin käytöstäsi tai ehdottanut, että vähentäisit sitä”

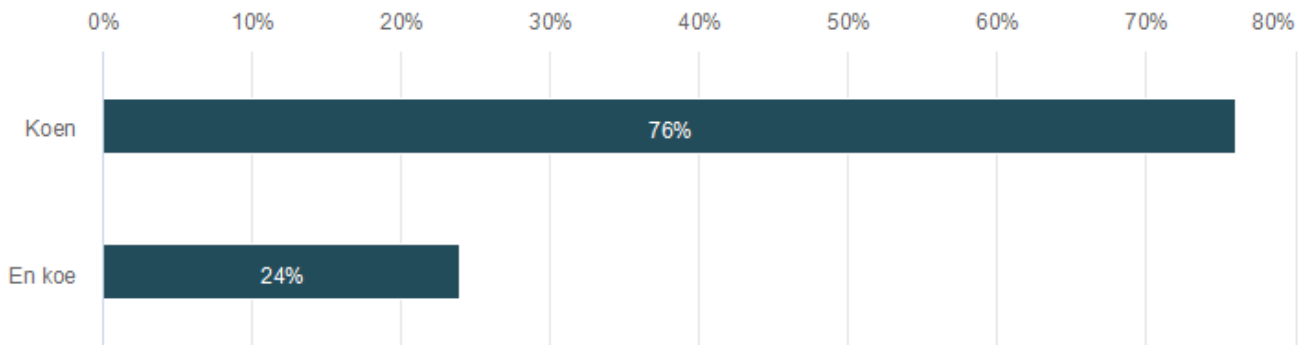
Nuorilta kysyttiin, millaiseksi he arvioivat oman päihteiden käytön verrattuna samanikäisiin nuoriin. Vastausvaihtoehtoja oli viisi: erittäin vähäiseksi, samanlaiseksi, melko runsaaksi, huolestuttavan runsaaksi sekä en osaa sanoa (KUVIO 12.) Nuorista 76 % vastasi erittäin vähäiseksi, 4 % samanlaiseksi, 7 % melko runsaaksi, 3 % huolestuttavan runsaaksi ja 10 % en osaa sanoa.



KUVIO 12. Nuorten arvio omasta päihteiden käytöstä verrattuna samanikäisiin

6.3 Ajatukset päihdekasvatuksesta

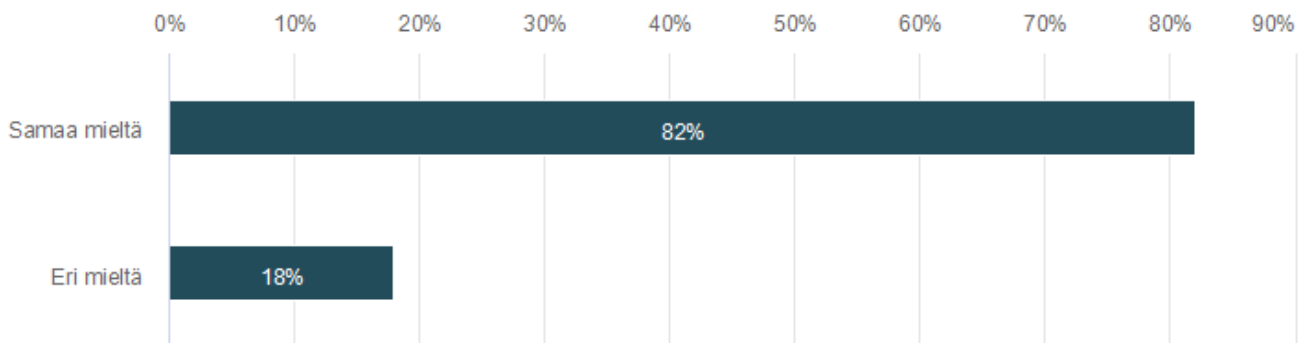
Nuorilta kysyttiin, mitä mieltä he ovat koulun päihdekasvatuksesta ja kokevatko he päihdekasvatuksen tarpeelliseksi. (KUVIO 13). Vastausvaihtoehdot olivat: koen ja en koe. 76 % vastanneista kokee päihdekasvatuksen tarpeellisenä ja 24 % vastanneista ei koe sitä tarpeellisenä.



KUVIO 13. Nuorten kokemus päihdekasvatuksen tarpeellisuudesta

Nuorten ajatuksista päihdekasvatuksen tarpeellisuudesta ei noussut juurikaan eroja sukupuolten eikä luokka-asteiden välillä.

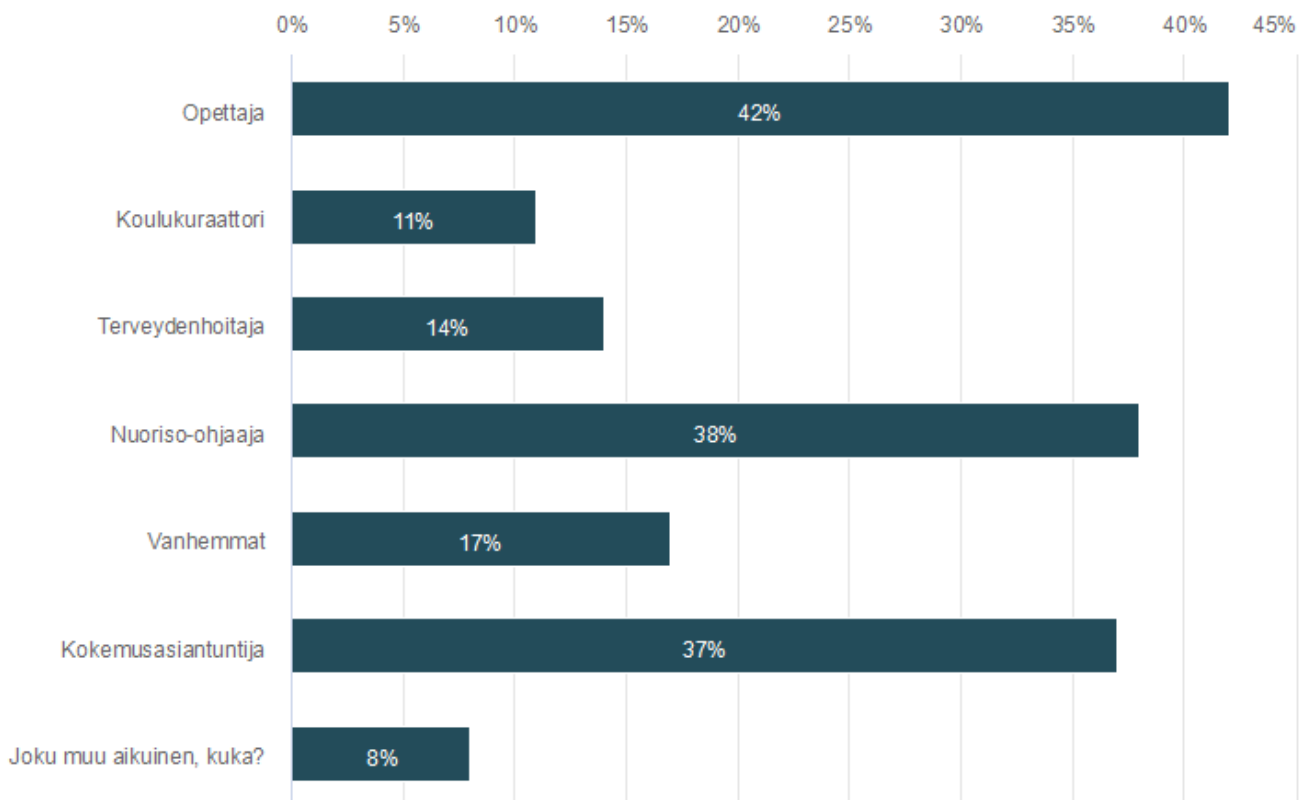
Kyselyssä esitettiin nuorille seuraavanlainen väittämä: ”Riittävä ja monipuolinen päihdekasvatus vaikuttaa nuoren päihdeasenteisiin”. Vastausvaihtoehdoiksi väittämään annettiin: samaa mieltä ja eri mieltä. (KUVIO 14.) Enemmistö nuorista vastaajista (82 %) valitsi vastauksen ”samaa mieltä” ja 18 % vastaajista oli eri mieltä.



KUVIO 14. ”Riittävä ja monipuolinen päihdekasvatus”

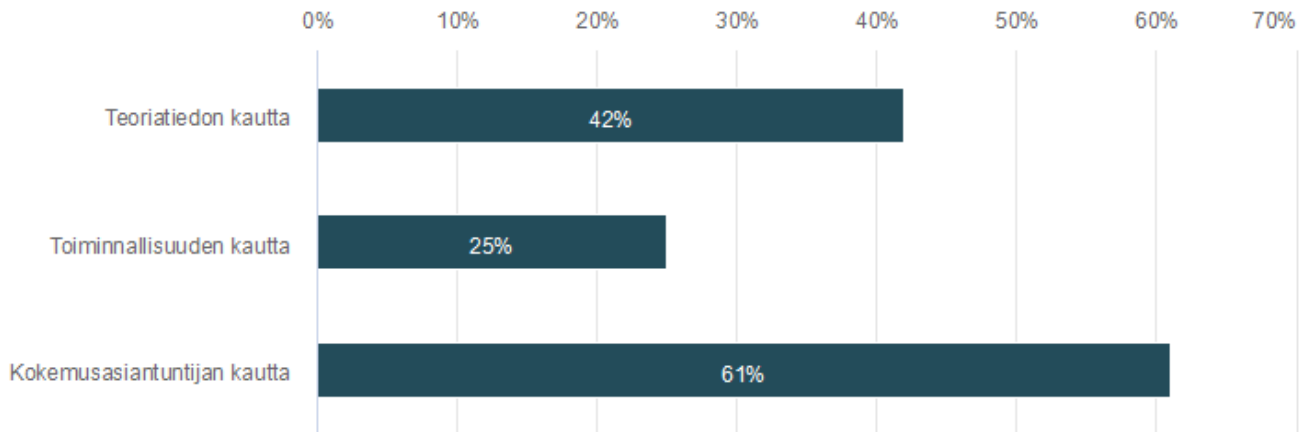
Nuorilta kysyttiin, keneltä he toivoisivat saavansa enemmän päihdekasvatusta. Vastausvaihtoehtoja oli seitsemän: opettaja, koulukuraattori, terveydenhoitaja, nuoriso-ohjaaja, vanhemmat, kokemusasiantuntija ja joku muu aikuinen. Vastausvaihtoehtoista sai valita halutessaan useamman. (KUVIO 15.)

Enemmistö (42 %) toivoisi päihdekasvatusta enemmän opettajalta. Muut vastaukset jakautuivat seuraavanlaisesti: 38 % nuoriso-ohjaaja, 37 % kokemusasiantuntija, 17 % vanhemmat, 14 % terveydenhoitaja, 11 % koulukuraattori ja 8 % joku muu.



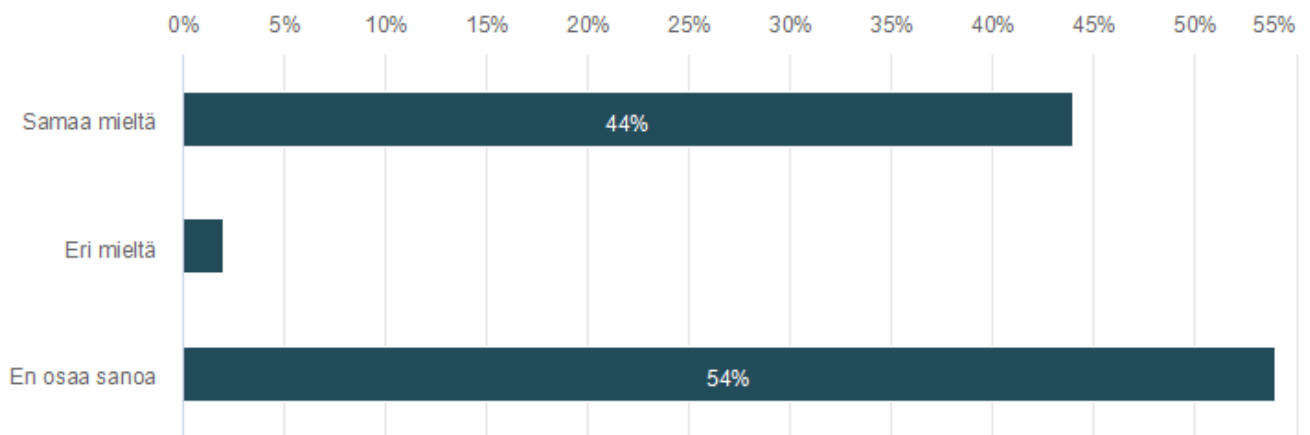
KUVIO 15. Keneltä nuoret toivoisivat enemmän päihdekasvatusta

Nuorille esitettiin kysymys, miten he toivoisivat, että päihdekasvatusta toteutetaan. Heille annettiin kolme vastausvaihtoehtoa: teorian tiedon kautta, toiminnallisuuden kautta ja kokemusasiantuntijan kautta. (KUVIO 16.) 61 % vastaajista toivoisi, että päihdekasvatusta toteutetaan kokemusasiantuntijan kautta. Vastaajista 42 % toivoo päihdekasvatusta teorian tiedon kautta ja 25 % toiminnallisuuden kautta.



KUVIO 16. Miten nuoret toivovat päihdekasvatusta toteutettavan

Viimeisenä nuorille esitettiin seuraava väittämä: ”Päihdekasvatus tulisi aloittaa nykyistä aikaisemmin.” Vastausvaihtoehtoja annettiin kolme: Samaa mieltä, eri mieltä ja en osaa sanoa. (KUVIO 17). Enemmistö (54 %) vastasi: ”En osaa sanoa”. 44 % vastaajista oli samaa mieltä väittämän kanssa. Alle 3 % vastaajista valitsi vastausvaihtoehdon: ”Eri mieltä”.



KUVIO 17. ”Päihdekasvatus tulisi aloittaa nykyistä aikaisemmin.”

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa käsittelemme opinnäytetyön kyselyn tuloksista tekemiämme johtopäätöksiä. Opinnäytetyömme on kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus, jonka tarkoituksena on kuvailla nuorten alkoholin käyttöä ja ajatuksia päihdekasvatuksesta. Eurooppalaisen koululaistutkimuksen (ESPAD 2019) mukaan nykyään yhä useammat suomalaisnuoret eivät käytä lainakaan alkoholia. Myös meidän opinnäytetyön kyselyn tulokset tukevat kyseistä väitettä. Tämä tukee tekemiämme tutkimuksen ja kyselyn luotettavuutta. ESPAD-tutkimuksen (2019) ja Kouluterveyskyselyn (2021) mukaan nuorten humala- ja kertajuominen ovat vähentyneet.

7.1 Kyselyyn vastanneiden nuorten alkoholin käyttö

Suurimmaksi osaksi (47 %) nuoret kokivat oman hyvinvointinsa hyväksi, (24 %) erittäin hyväksi (21 %) ihan hyväksi. Vastaajista 8 % koki hyvinvointinsa huonoksi. Runsaan alkoholinkäytön tiedetään aiheuttavan haittaa psyykkiselle, fyysiselle ja sosiaaliselle hyvinvoinnille (Mielenterveystalo). Kyselymme tuloksista voimme päätellä, että nuorten raittiudella ja vähäisellä alkoholin käytöllä on yhteys nuorten kokemaan hyvinvointiin.

Nuorten vastauksista kävi ilmi, että suurin osa nuorista ei käytä lainkaan alkoholia ja hyvin pieni osa vastaajista on sitä kokeillut. Tästä voimme tehdä johtopäätöksen, että nuorilla ei ole syntynyt alkoholin käytön seurauksena riippuvuutta, haittoja hyvinvoinnille tai päihdehäiriöitä. Mikäli päihteet alkaisivat hallitsemaan elämää, kysymys olisi päihdehäiriöstä (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2019). Huomattava enemmistö nuorista ei ole koskaan myöhästynyt koulusta, lähtenyt koulusta kesken päivän tai jäänyt pois koulusta alkoholin käytön takia. Myös tämä tieto viittaa siihen, ettei alkoholi millään tavoin hallitse kyseisten nuorten elämää. Nuoren positiivinen temperamentti, älykkyys, usko omaan kykyihin, ongelmien joustava ratkaisutaito, vanhempien huolenpito ja kasvua tukeva ilmapiiri näyttävät olevan suojaavia tekijöitä nuorten päihteidenkäytön aloittamiselle (Holmberg ym. 2015, 364). Nuorten vastausten perusteella suurin osa ei ole koskaan sammunut, satuttanut tai loukannut itseään, eikä joutunut mihinkään vaikeuksiin tai unohtanut, mitä päihtymisen jälkeen on tehnyt tai tapahtunut. Tämä tuloksista saatu tieto on huojentava.

Päihteidenkäytölle altistavia tekijöitä voivat olla myös esimerkiksi kaveripiiri, joka suhtautuu myönteisesti päihteisiin, päihteiden helppo saatavuus tai rikollisuudelle altistava asuinympäristö (Holmberg

ym. 2015, 364). Kyselystä saadun tiedon mukaan alkoholia käyttävät nuoret kertovat käyttävänsä sitä hauskanpitoon ja rentoutumiseen, kavereiden kanssa seuran vuoksi tai humalan vuoksi. Kyselystä käy ilmi, että nuorten käyttäessä alkoholia tapahtuu se useimmiten vapaa-ajalla tai kavereiden kanssa. Huolimatta siitä, että kaveripiiri voi olla altistava tekijä päihteiden käytölle tai sosiaalisen riippuvuuden syntymiselle, kyseisten nuorten vastauksista ei sellaista huolta herännyt. Huolestuttavasti yksi nuorista on vastannut käyttävänsä alkoholia koulussa. Yksikään nuorista ei vastaa käyttävänsä alkoholia stressin hallintaan, mikä on huojentavaa kuulla.

Useimmiten nuoret arvioivat, että päihteidenkäyttö on yleisempää omassa ikäryhmässään kuin se oikeasti onkaan. (Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry.) Myös meidän teettämstämmekyselystä käy ilmi, että 76 % nuorista arvioi oman päihteiden käytön erittäin vähäiseksi verrattuna samanikäisiin nuoriin. Noin puolet nuorista vastaa saavansa alkoholin käyttöön kavereiltaan ja 27 % vanhemmiltaan tai kotoa. Loput 27 % vastasi saavansa alkoholia jostain muualta.

Kyselyn tuloksista ei nouse suurta huolta kyselyyn vastanneiden nuorten alkoholin käytöstä. Kyselyn tulokset kertovat nuorten käyttävän alkoholia hyvin vähän tai ei lainkaan, mikä antaa helpottavan tiedon siitä, ettei kyseisten nuorten alkoholin käytöstä ole aiheutunut merkittävää haittaa heidän psyykkiselle, fyysiselle tai sosiaaliselle hyvinvoinnilleen. Seuraavassa esitellään koontitaulukko nuorten alkoholin käytöstä.

TAULUKKO 1. Koontitaulukko nuorten alkoholin käytöstä

Kuinka paljon nuoret käyttävät alkoholia?	Kuinka usein nuoret käyttävät alkoholia?	Miksi nuoret käyttävät alkoholia?
89 % vastaajista kertoi, ettei käytä alkoholia.	82 % vastaajista kertoi, ettei ole koskaan kokeillut alkoholia	62 % hauskanpitoon/rentoutumiseen
7 % vastaajista juo 1–2 kerralla	10 % 1–3 kertaa viimeisen vuoden aikana	38 % kavereiden kanssa seuran vuoksi
3 % 7 tai enemmän	5 % 4–6 kertaa viimeisen vuoden aikana	31 % humalan vuoksi tai saadaakseen pään sekaisin
1 % 5–6 annosta	2 % noin kerran kuukaudessa tai useammin	23 % jonkin muun syyn takia

7.2 Nuorten mielipiteet päihdekasvatuksesta

Nuorten päihdeasenteisiin voidaan vaikuttaa tekemällä ehkäisevää päihdetyötä nuorten kasvun ja kehityksen mukaisesti. (Kylmäkoski, Pylkkänen & Viitanen 2010, 112–113). Opinnäytetyömme kyselyn tuloksista selvisi, että enemmistö nuorista kokee päihdekasvatuksen tarpeellisena. Suurin osa nuorista on myös väittämän kanssa samaa mieltä siitä, että riittävä ja monipuolinen päihdekasvatus vaikuttaa nuoren päihdeasenteisiin. Hyvinvoinnin sekä väestön terveyden edistäminen ovat päihdekasvatuksen päämääränä (Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry). Siksi onkin tärkeä tietää, että nuoret kokevat päihdekasvatuksen tarpeellisena ja uskovat päihdekasvatuksen voivan vaikuttaa heidän päihdeasenteisiinsa. Päihdekasvatusta on siis hyvä kehittää nuorille sopivaksi, jotta nuoret kokevat sen vaikuttavana. Vastauksista oli hienoa huomata, että kyseisille nuorille päihdekasvatuksesta on ollut hyötyä.

Tuloksista kävi ilmi, että suurin osa vastaajista toivoisi päihdekasvatusta enemmän opettajilta. Lähes yhtä usea nuori toivoisi saavansa päihdekasvatusta myös nuorisiohjaajalta sekä kokemusasiantuntijoilta. Kysyttäessä miten nuoret toivovat päihdekasvatusta toteutettavan, enemmistön vastaus on kokemusasiantuntijan kautta. Entiset päihteidenkäyttäjät kertomassa nuorille päihteiden haitoista nähdään hyvin vaikuttavana tekijänä. Haastavat tarinat jäävät helposti kuulijoiden mieleen sekä vaikuttavat tunteisiin. Suuri päihdeasenteisiin vaikuttava tekijä voi olla tunteiden kokeminen. (Kylmäkoski, Pylkkänen & Viitanen 2010, 112–113). Kyselyn tulosten mukaan enemmistö nuorista on eri mieltä väittämän kanssa siitä, että päihdekasvatus tulisi aloittaa nykyistä aikaisemmin. Tästä voimme tehdä johtopäätöksen, että nuoret ajattelevat päihdekasvatuksen alkavan riittävän ajoissa. Seuraavassa esitellään koontitaulukko nuorten ajatuksista liittyen päihdekasvatukseen.

TAULUKKO 2. Koontitaulukko nuorten ajatuksista liittyen päihdekasvatukseen

Keneltä nuoret toivoisivat enemmän päihdekasvatusta?	Mitä nuoret ajattelevat päihdekasvatuksen tarpeellisuudesta koululla?	Mitä mieltä nuoret ovat päihdekasvatuksen riittävydestä koululla? ”Päihdekasvatus tulisi aloittaa nykyistä aiemmin”
61 % kokemusasiantuntijan kautta	76 % kokee päihdekasvatuksen tarpeelliseksi	54 % en osaa sanoa
42 % teorian tiedon kautta	24 % ei koe päihdekasvatusta tarpeelliseksi	44 % samaa mieltä
25 % toiminnallisuuden kautta		alle 3 % eri mieltä

8 POHDINTA

Opinnäytetyö prosessimme alkoi syksyllä 2021. Saatuamme tutkimussuunnitelman valmiiksi pääsimme kunnolla aloittamaan opinnäytetyön tekemisen. Aiheen valinta oli meille suhteellisen helpposen mielenkiinnon ja tärkeyden vuoksi. Uskomme, että opinnäytetyötämme ja sen tuloksia voidaan hyödyntää tulevaisuudessa nuorten kanssa toimiessa sekä päihdekasvatuksessa. Saaren kouluun ei ollut aikaisemmin tehty opinnäytetyötä liittyen nuorten alkoholin käyttöön ja päihdeasenteisiin, joten koimme opinnäytetyön tekemisen juuri Saaren kouluun erittäin tärkeäksi ja arvostetuksi.

Opinnäytetyöprosessi on ollut hyvin mielenkiintoinen matka, niin ylä- kuin alamäkineen. Aina kaikki ei ole ollut pelkästään helppoa, vaan välillä tämä oppimisprosessi on ollut todella haastavaa. Päällimmäisenä kuitenkin koemme matkan olleen hyvinkin antoisa ja uskomme sen vahvistaneen meitä tulevina sosiaalialan ammattilaisina. Päätimme jo kolmantena koulupäivänä, että tulemme tekemään opinnäytetyön yhdessä, parityönä. Opiskeluvuosien aikana meille molemmille vahvistui entisestään tunne, että meidän kuuluu tehdä opinnäytetyö yhdessä. Meillä on heti opinnäytetyöprosessin alkaessa ollut samanlainen ajatus tulevasta työstä. Koimme yhdessä tekemisen yhdeksi opinnäytetyömme vahvuudeksi, sillä olemme pystyneet jakamaan yhdessä sekä onnistumisen että epätoivon tunteet. Itse opinnäytetyön tekeminen on opettanut meille hurjasti tutkitun tiedon tuottamisesta ja lähdekriittisyydestä.

Opinnäytetyömme kriittinen reflektio oli osa prosessia. Avatessamme kyselyn tuloksia pohdimme paljon sitä, olisiko erilainen kysymysten asettelu ollut järkevämpää. Jäimme itse kaipaamaan tarkempaa tietoa nuorten ajatuksista liittyen päihdekasvatukseen. Pohdimme sitä, olisiko vaihtoehtokysymysten lisäksi ollut hyödyllistä lisätä avoimia kysymyksiä. Näin olisimme mahdollisesti saaneet konkreettisia ehdotuksia nuorten toiveista päihdekasvatukseen liittyen. Harmillisesti koronavirustilanteen vuoksi emme itse päässeet paikan päälle teettämään kyselyä. Olisi ollut mukava päästä koululle näkemään nuoria ja kertomaan itse opinnäytetyöstämme.

Opinnäytetyöhömmme liittyvään teoriatietoon perehtyminen prosessin aikana oli antoisaa. Teoriatieto aiheeseen liittyen opetti tärkeitä asioita, joita varmasti tulemme tarvitsemaan ja hyödyntämään tulevaisuudessa. Opinnäytetyötä tehdessä eri vaiheissa oma tietotaito on kehittynyt sekä oma ammatillinen kasvu on ollut huomattavaa. Paljon puhutaan lähdekriittisyydestä, ja koemme kehittyneemme siinä valtavasti koko opinnäytetyöprosessin aikana. Työn edetessä huomasimme lähdekriittisyyden merkityksen sekä pohtiessamme esimerkiksi työn luotettavuutta. Koko opinnäytetyöprosessi on kasvattanut

meitä tulevia sosiaalialan ammattilaisia kohti tulevaa työelämää. Sosiaalialalla toimiessa ei onneksi koskaan voi olla täysin valmis, joten oma ammatillisuutemme ja oppimismatkamme on vasta alussa.

Opinnäytetyön aikana opimme ymmärtämään ja sisäistämään vielä paremmin sosiaalialan työssä tarvittavia kompetensseja eli osaamisvaatimuksia. Koemme sosiaalialan kompetenssien tuntemisen ja niiden mukaan toimimisen yhtenä tärkeimpinä asioina toimiessa sosiaalialan ammattilaisena. Eettinen osaaminen oli läsnä jokaisessa prosessin vaiheessa, pyrimme toimimaan sosiaalialan arvojen ja ammatteettisten periaatteiden mukaisesti työtä tehdessämme. Pohdimme ammatillista kriittistä reflektiota jo tutkimussuunnitelmaa tehdessämme, huomasimme kuitenkin sen lisääntyvän työn edetessä. Toiveenamme oli kehittää myös nuorten osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuuksien edistämistä päihdekasvatukseen liittyen. Pohdimme erilaisen asettelun kysymyksiin mahdollisesti tuoneen paremman vaikuttamismahdollisuuden nuorille. Tutkimustulosten analysointivaiheessa ymmärsimme ennaltaehkäisevän työn merkityksen sekä hyvinvoinnin suojaavien- ja riskitekijöiden merkityksen nuorten kokemaan hyvinvointiin ja sitä kautta esimerkiksi alkoholin käyttöön.

Tavoitteenamme opinnäytetyössä oli kyselylomakkeella saatujen vastausta avulla saada lisätietoa erityisesti Saaren koulun oppilaille, heidän vanhemmilleen, koululle sekä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Tarkoituksenamme oli saada tämänhetkistä tietoa esimerkiksi koulun henkilökunnalle, joka mahdollisesti sai arvokasta tietoa nykynuorten alkoholin käytöstä ja voi hyödyntää sitä opetuksessa, nuorten kohtaamisessa ja heidän kanssaan toimiessa. Oppilaiden vanhempien on myös hyvä olla tietoisia nuorten alkoholin käytöstä, jotta he voivat tarvittaessa puuttua siihen tarpeeksi ajoissa. Nuorten ajatukset päihdekasvatukseen liittyen ovat varmasti hyvä muistutus meille kaikille. Me kaikki aikuiset vaikutamme omalla esimerkillämme ja asenteillamme nuorten alkoholinkäyttöön, joko positiivisesti tai negatiivisesti. Jatkotutkimusaiheena voisi toimia päihdekasvatussuunnitelman toteuttaminen yhdessä koulun opiskelijoiden kanssa. Jatkotutkimuksen voisi toteuttaa myös Pyhäjoella lukioikäisille, esimerkiksi kyselyn liittyen heidän alkoholin käyttöönsä, jolla selvittää heidän ajatuksiaan sekä toiveitaan päihdekasvatuksesta.

LÄHTEET

Aalto, M., Alho, H., Kiiänmaa, K. & Lindroos, L. 2015. *Alkoholiriippuvuus*. 3. uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Ahtinen, S., Katainen, A., Kinnunen, J., Lahti, L., Lindfors, P., Myöhänen, A., Ollila, H., Pere, L., Raisamo, S. & Rimpelä, A. 2019. *Nuorten terveystapatutkimus 2019 – Nuorten tupakkatuotteiden ja päihhteiden käyttö sekä rahapelaaminen*. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2013:16. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74481/RAP_2013_16_NTTT-2013_Verkko%20260613613.pdf;sequence=1. Viitattu 16.10.2022.

Alcohol and drug foundation. 2020. The role of drug education in schools. Saatavissa: <https://adf.org.au/insights/drug-education-schools/>. Viitattu 9.10.2022.

Alko. 2020. Alkoholi – mitä se on? Saatavissa: <https://www.alko.fi/vastuullisesti/alkoholi-ja-terveys/alkoholi> Viitattu 2.9.2022.

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Päihdekasvatus. Saatavissa: <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihdetyo/paihdekasvatus/>. Viitattu 12.10.2021.

Heikkilä, T. 2014. *Tilastollinen tutkimus*. 9., uudistettu painos. Helsinki: Edita Publishing Oy.

Helakorpi, S. & Kivimäki, H. 2021. *Lasten ja nuorten hyvinvointi – Kouluerveyskysely 2021*. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143063/ktk_tilastoraportti2021_2021-09-09_kuviot_kuvana.pdf. Viitattu 9.9.2022.

Holmberg, J., Inkinen, M., Kurki, M., Partanen, A. & Salo-Chydenius, M. 2015. *Päihdehoitotyö*. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Horppu, S., Leppämäki, P. & Nurmirinta, H. 2009. *Kehityopsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen*. 4. muuttamaton painos. Helsinki: Tekijät ja Kotimaa-Yhtiöt Oy.

Karlsson, T., Kotovirta, E., Tigerstedt, C. & Warpenius, K. (toim.). 2013. *Alkoholi Suomessa. Kulutus, haitat ja politiikkatoimet*. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 13/2013. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104455/URN_ISBN_978-952-245-896-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 23.9.2022.

Kinnunen, M., Lindfors, P., Ollila, H., Pere, L., Rimpelä, A. & Samposalo, H. 2013. *Nuorten terveystapatutkimus 2013 – Nuorten tupakkatuotteiden ja päihhteiden käyttö 1977–2013*. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74481/RAP_2013_16_NTTT-2013_Verkko%20260613613.pdf;sequence=1. Viitattu 16.10.2022.

Kylmäkoski, M., Pylkkänen, S. & Viitanen, R. 2010. *Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön*. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Lastensuojelulaki. 13.4.2007/417. Saatavissa: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>. Viitattu 28.8.2022.

- Nuorisolaki*. 21.12.2016/1285. Saatavissa: <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20161285>. Viitattu 28.8.2022.
- Pirskanen, M. 2007. *Nuorten päihteettömyyden edistäminen. Varhaisen puuttumisen malli koulu- ja opiskeluterveydenhuoltoon*. Kuopion yliopisto. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta. Yhteiskuntatieteet 140. Väitöskirja. Saatavissa: [urn_isbn_978-951-27-0510-8 \(2\).pdf](urn_isbn_978-951-27-0510-8_(2).pdf). Viitattu 28.8.2022.
- Raitasalo, K. & Härkönen, J. 2019. ESPAD - Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä. ESPAD 2019-tutkimuksen tuloksia. Saatavissa: <https://www.terveytemme.fi/espac/>. Viitattu 2.9.2022.
- Sinkkonen, J. 2010. *Nuoruusikä*. Juva: WS Bookwell Oy.
- Tammi, T., Aalto, M & Koski-Jännes, A. 2009. *Irti päihdeongelmista*. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2021. ESPAD – Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä. Saatavissa: [ESPAD - Eurooppalainen koululaistutkimus nuorten päihteiden käytöstä - THL](#). Viitattu 4.9.2022.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Nuorten päihteiden käyttö ja päihdehäiriöt. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>. Viitattu 13.10.2021.
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. Nuorten päihteiden käyttö ja rahapelaaminen – ESPAD-tutkimus. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/paihteet-ja-riippuvuudet/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-rahapelaaminen-espac-tutkimus-2019>. Viitattu 3.9.2022.
- Vilkkä, H. 2021. *Näin onnistut opinnäytetyössä: ratkaisut tutkimuksen umpikujiin*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Vilkkä, H. 2021. *Tutki ja kehitä*. 5. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

TUTKIMUSLUPA-ANOMUS

Organisaatio, jolle anomus osoitetaan Pyhäjoen Kunta

Vastuuhenkilö organisaatiossa Antero Tervonen

Tutkimusluvan anoja(t) Anna-Riina Ikola

Krista Tyynelä

Osoite Oulaistentie 614, 86160 Pirttikoski / Verkatehtaankatu 8 B 33, 60100 Seinäjoki

Puhelin 040-9648331 / 050-4143695

Sähköpostiosoite anna-riina.ikola@centria.fi / krista.tyynela@centria.fi

Tutkimuksen nimi Nuorten alkoholin käyttö

Tutkimuksen tarkoitus Opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailla seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsiuokkalaisten nuorten alkoholin käyttöä ja ajatuksia päihdekasvatuksesta Saaren koulussa.

Tutkimuksen kohderyhmä Saaren koulun 7-9- luokkalaisten oppilaat

Aineiston keruun arvioitu ajankohta Tammikuu 2022

Tutkimusmenetelmä Määrällinen tutkimus / kysely

Tutkimussuunnitelma hyväksytty 17 / 12 2021

Tutkimuksen ohjaaja Anne Jaakonaho

Lupa myönnetään

paikka Pyhäjoki **aika** 10 / 1 2020

anomuksen mukaisesti **muutosehdotuksin** **hylätty**

Luvanmyöntäjän allekirjoitus  Antero Tervonen

LIITTEET

- Tutkimussuunnitelma
 Kysely/haastattelulomake
 Muut liitteet, mitkä

Seitsemäs-, kahdeksas- ja yhdeksäsluokkalaisten nuorten alkoholin käyttö ja päihdekasvatus Saaren koulussa

Hei!

Olemme Anna-Riina Ikola ja Krista Tyynelä. Opiskelemme kolmatta vuotta sosionomiksi. Opintoissamme on tällä hetkellä ajankohtaista opinnäytetyön tekeminen ja te pääsette siihen myös mukaan vastaamalla tähän kyselyyn. Nuoret ja nuorten hyvinvointi on meille tärkeää ja siksi valitsimme kyseisen aiheen opinnäytetyöhömme. Tässä kyselyssä kysymykset liittyvät nuorten alkoholin käyttöön sekä ajatuksiin päihdekasvatuksesta.

Kyselyyn vastataan täysin anonyymisti. Ketään ei voida millään tavoin tunnistaa vastauksista. Toivomme rehellisiä vastauksia!

1. Sukupuoli

- tyttö
- poika
- muu

2. Luokka-aste

- 7.lk
- 8.lk
- 9.lk

3. Millaiseksi koet hyvinvointisi juuri nyt?

- erittäin hyväksi
- hyväksi
- ihan hyväksi
- huonoksi
- erittäin huonoksi

4. Kuinka usein olet kokeillut tai käyttänyt alkoholia viimeisen vuoden aikana?

- En ole koskaan kokeillut
- 1-3 kertaa
- 4-6 kertaa
- noin kerran kuukaudessa
- pari kertaa kuukaudessa
- kerran viikossa tai useammin

5. Kuinka monta alkoholiannosta juot yleensä niinä päivinä, jolloin käytät alkoholia?

- en käytä alkoholia
- 1-2 annosta
- 3-4 annosta
- 5-6 annosta
- 7 tai enemmän

Alkoholiannoksella tarkoitetaan:
pullo (0,33l) keskiolutta tai siideriä
reilu puolilasia (12cl) mietoa viiniä
vajaa puolilasia (8cl) väkevää viiniä
vajaa neljänneslasia (4cl) viinaa

Esimerkkejä:

0,5l siideriä tai keskiolutta on 1,5 annosta
0,3l pullo A-olutta on 1,5 annosta
3/4l pullo mietoa viiniä on 6 annosta
0,5l pullo viinaa 13 annosta
1"six-pack" keskiolutta (0,33lx6) 6 annosta

Jos vastasit "EN KÄYTÄ ALKOHOLIA" voit siirtyä kysymykseen nro 15.

6. Olen myöhästynyt, lähtenyt koulusta kesken päivän tai jäänyt pois koulusta alkoholin käytön takia

- En koskaan
- Kerran

-
- 2-3 keraa
- 4-5 kertaa
- 6 kertaa tai useammin

7. Olen toiminut päihtyneenä seuraavilla tavoilla (voit valita useamman vaihtoehdon).

- Olen satuttanut itseäni
- Olen satuttanut toista
- Olen ollut autossa, jota on ajanut päihtynyt
- Olen rikkonut omaisuutta tai varastanut
- En ole joutunut mihinkään vaikeuksiin

8. Kuinka usein olet toiminut edellämainitulla tavalla?

- En kertaakaan
- 1-2 kertaa
- Useammin

9. Kuinka usein päihtymisen jälkeen olet unohtanut mitä teit tai mitä tapahtui?

- En kertaakaan
- Kerran
- Useammin

10. Olen sammunut

- En kertaakaan
- Kerran
- Useammin

11. Miksi käytät alkoholia (voit valita useamman vaihtoehdon)?

- Kavereiden kanssa seuran vuoksi
- Hauskanpitoon/rentoutumiseen
- Helpottaakseni pahaa oloa
- Humalan vuoksi tai saadakseni pään sekaisin
- Jonkin muun syyn takia

12. Milloin käytät alkoholia (voit valita useamman vaihtoehdon)?

- Kavereiden kanssa
- Vapaa-ajalla
- Rentoutumiseen
- Stressin hallintaan
- Koulussa

13. Joku ystäväsi tai läheisesi on ollut huolissaan alkoholin käytöstäsi tai ehdottanut, että vähentäisit sitä

- Ei ole ollut
- On keskusteltu kerran
- On keskusteltu useita kertoja

14. Millaiseksi arvioit oman päihteiden käyttösi verrattuna samanikäisiin nuoriin?

- Erittäin vähäiseksi
- Samanlaiseksi
- Melko runsaaksi
- Huolestuttavan runsaaksi
- En osaa sanoa

15. Jos aiot käyttää alkoholia, mistä saat sen käyttöösi?

- Kaverilta
- Kotoa/vanhemmilta
- Jostain muualta, mistä?

Päihdekasvatuksella tarkoitetaan kasvatusyötä, mikä liittyy päihteiden käyttöön. Päihdekasvatusta voidaan tehdä varhaiskasvatuksen, koulujen, sosiaali- ja terveyspalveluiden sekä nuorisotyön lisäksi myös nuoren arjessa. Nuoren näkökulmasta päihdekasvattajia ovat kaikki aikuiset oman esimerkinsä kautta. Päihdekasvatus perustuu juuri siihen ajatukseen, että suojellaan lapsia ja nuoria päihteiden käytön haitoilta. (Ehkäisevä päihdetyö, EHYT ry.)

16. Mitä mieltä olet koulun päihdekasvatuksesta? Koetko päihdekasvatuksen tarpeelliseksi?

- Koen
- En koe

17. Riittävä ja monipuolinen päihdekasvatus vaikuttaa nuoren päihdeasenteisiin

- Samaa mieltä
- Eri mieltä

18. Keneltä toivoisit päihdekasvatusta enemmän (voit valita useamman vaihtoehdon)?

-
- Opettaja
- Koulukuraattori
- Terveystenhoitaja
- Nuorisiohjaaja
- Vanhemmat
- Kokemusasiantuntija
- Joku muu aikuinen, kuka? _____

19. Miten toivoisit, että päihdekasvatusta toteutetaan?

- Teoriatiedon kautta
- Toiminnallisuuden kautta
- Kokemusasiantuntijan kautta

20. Päihdekasvatus tulisi aloittaa nykyistä aikaisemmin

- Samaa mieltä
- Eri mieltä
- En osaa sanoa